



Mon enfant a 13 ans, il se tient mal, a le dos voûté et « enroule » les épaules

Votre médecin vient de diagnostiquer un dos voûté chez votre enfant. Cette fiche a pour but de vous informer sur les origines de cette pathologie et de vous présenter les différentes possibilités de traitement. Notez bien que cette fiche n'a qu'un caractère informatif ; chaque cas est différent et les consignes de votre médecin prévalent.

Qu'est-ce-que c'est ?

Il s'agit d'un problème de dos et plus précisément de la forme du dos de profil. Vu de face la colonne vertébrale est rectiligne mais de profil, la colonne vertébrale est naturellement courbée. Il existe 2 courbures principales : la cyphose et la lordose. Si votre enfant « enroule » les épaules, c'est souvent lié à une exagération de la courbure de cyphose (hypercyphose).

Quelle est la cause ?

Il existe plusieurs causes. Souvent on constate que la forme du dos de l'enfant ressemble beaucoup à celles des parents. L'enfant a donc hérité de la forme du dos de ses parents.

Parfois cet « enroulement » des épaules est accentué par la posture voutée de l'adolescent. Mais parfois, il existe une véritable déformation progressive des vertèbres qui crée l'hypercyphose. On l'appelle la maladie de Scheuermann ou dystrophie rachidienne de croissance.

Quels sont les symptômes ?

Les hypercyphoses sont le plus souvent asymptomatiques. Outre l'aspect esthétique, le motif de consultation le plus fréquent est lié à la présence de douleurs parfois très invalidantes.

Quels sont les traitements ?

La plupart du temps les hypercyphoses non douloureuses ne justifient d'aucun traitement.

La prévention est essentielle : adopter une bonne position en classe et à la maison, adapter la hauteur des écrans à la hauteur du visage, porter correctement son cartable, surveiller l'hygiène de vie et avoir une activité sportive adaptée.

L'accentuation de la déformation et/ou la présence de douleurs peuvent mener à la prescription d'un corset et de kinésithérapie pendant la période de croissance. Enfin, lorsque la déformation est sévère et surtout si elle est douloureuse malgré la prise en charge en kinésithérapie, une opération du dos peut être envisagée. L'activité sportive est encouragée.

Rédaction : Aurélien COURVOISIER

Validation : SoFOP

Version : 2020

Quel est le pronostic ?

Globalement, le pronostic est très bon. La kinésithérapie permet le plus souvent de résoudre le problème des douleurs. Le corset est bien toléré s'il permet de bien soulager les douleurs. Il permet surtout de stabiliser l'évolution de la déformation. Le recours à la chirurgie est exceptionnel. L'opération permet de redresser la colonne vertébrale et de soulager les douleurs.

Quand en parler au médecin ?

Les raisons qui doivent amener à consulter sont : la présence de douleurs invalidantes (permanentes / nécessité d'arrêt des activités) et l'aggravation progressive de la déformation.