

Docteur Halim SAIDI

Professeur de chirurgie
orthopédique et traumatologie

Ex-Chef de service d'orthopédie
au CHU Mohamed VI - Marrakech

Ex-Chef de département de chirurgie
à la faculté de Médecine de Marrakech



الدكتور حليم سعیدي
أستاذ جراحة العظام والمفاصل

رئيس سابق لقسم جراحة العظام
بالمستشفى الجامعي محمد السادس - مراكش.
رئيس سابق لشعبة الجراحة
 بكلية الطب - مراكش

Marrakech, le : مراكش في :

04/04/2023

156313

JAAFAR LINA
17 Ans

RACHIS LOMBAIRE

Mlle JAAFAR LINA a une douleur lombaire en rapport avec

une rectitude du rachis lombaire

une contracture des muscle para-vertébraux

Merci de faire ;

15 séances de rééducation pour rachis lombaire avec :

1 / Infrarouge et vibration avant la séance.

2 / Massage rolfing pour une détente musculaire.

3 / Gain de mobilité lombaire par contractez-relâchez.

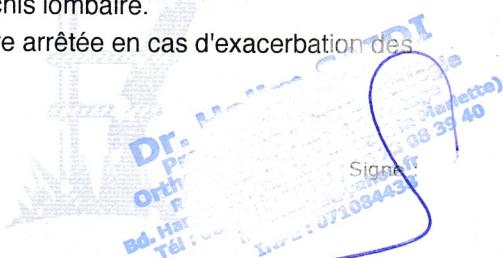
4 / Travail musculaire associant un travail actif (isométrique, contre résistance) et des étirements des muscles de la sangle abdomino-pelvienne.

5 / Renforcement des muscles de la sangle abdomino-pelvienne.

Le rythme est de 3 séances par semaine.

Merci de faire un apprentissage de l'auto rééducation et de l'hygiène de vie pour ménager le rachis lombaire.

NB ; la rééducation doit être arrêtée en cas d'exacerbation des douleurs.



إقامة نور 2، رقم 1 - الطابق 1 شارع الحسن الثاني (فوق مقهى لاما ليت) - مراكش

Résidence Nour 2, Appt. 1 - 1er étage Bd. Hassan II (au dessus Café La Marlette)

Marrakech - Tél. : **08 08 52 15 79 / 06 73 08 44 33** - E-Mail : halimsaidi@yahoo.fr