

## Envie de bénéficier d'une prévention des récurrences de lombalgie ?

Rejoignez-nous et participez à une étude menée par une petite équipe qui vous accueillera et sera à votre écoute !

### Pourquoi ?

- Quand on a eu une lombalgie, on a 90% de risque de récurrences chaque année
- Chaque récurrence augmente le passage à la chronicité

### Comment ?

En participant à cette étude

### Quels sont les objectifs de l'étude ?

Mesurer l'amélioration de la qualité de vie dans sa globalité, induite par des programmes d'auto-rééducation, spécifiques et novateurs

### Quels bénéfices pour vous ?

- Réduire considérablement le risque de récurrences de votre lombalgie
- Connaître les gestes qui soulagent
- Poser toutes vos questions
- Obtenir des réponses claires et adaptées



Un médecin spécialiste du dos vous recevra au CHU de Bordeaux Pellegrin lors de 3 consultations prises en charge.



Une psychologue vous accompagnera lors de votre 1ère consultation au CHU puis à votre domicile, 6 mois, 1 an et 2 ans plus tard !



Votre inclusion dans l'étude passe par une demande de rendez-vous un lundi matin avec le docteur de Sèze, **réalisée par votre médecin.**

Ce dernier peut soit fixer un rdv par téléphone, soit adresser une fiche de demande à [mathieu.de-seze@chu-bordeaux.fr](mailto:mathieu.de-seze@chu-bordeaux.fr) ou par fax au 05 56 79 60 06 qui nous permettra de vous contacter

**Le Lieu de rendez-vous sera:** Service de Médecine Physique et Réadaptation, USN Tastet-Girard, site de l'Hôpital Pellegrin, place Amélie Raba Léon 33076 Bordeaux

Merci de venir avec la note d'information sur l'étude et avec la fiche de renseignement si le rdv a été fixé au téléphone par votre médecin

A très bientôt !