

Évaluation de l'impact de l'éducation de groupe chez les patients ayant une lombalgie en phase chronique

Sophie Houle, Josée Lafaille, Joannie Roy , Laurence Roy & Yannick Tousignant-Laflamme

Introduction : La lombalgie est un problème de santé majeur dans la population. Cette pathologie douloureuse est la deuxième cause de consultation médicale aux États-Unis et malheureusement, la lombalgie devient chronique dans environ 10% des cas. Il a été démontré que des facteurs psychosociaux, tels que l'anxiété, la dépression, les émotions négatives et les pensées catastrophiques contribuent à la chronicisation de la douleur. La recherche révèle que l'éducation serait une modalité clé dans la prise en charge des individus qui sont aux prises avec une lombalgie puisqu'elle pourrait réduire l'effet néfaste des facteurs psychosociaux dans la lombalgie chronique. L'objectif de la présente étude est d'évaluer l'effet d'une séance d'éducation de groupe de 2,5 heures auprès de lombalgiques chroniques sur la pensée catastrophique, la fonction, l'intensité de la douleur, la dépression et les stratégies d'adaptation..

Méthodologie: Il s'agit d'une étude quasi-expérimentale faite auprès de 42 sujets ayant une lombalgie chronique, où le groupe expérimental (n=20) a assisté à une séance d'éducation de 2,5 heures portant sur l'hygiène posturale et du sommeil, l'importance d'un mode de vie actif et qui visait la modification des fausses croyances envers la lombalgie chronique. Les variables dépendantes étudiées étaient l'intensité de la douleur, la pensée catastrophique, le niveau fonctionnel et la dépression. Les données ont été collectées avant la séance d'éducation (T₀) et 3 mois plus tard (T₁), par des questionnaires auto-administrés.

Résultats: Nous avons observé aucune amélioration statistiquement significative pour l'ensemble des variables à l'étude et ce, pour les deux groupe ($p > 0.05$). Toutefois, le groupe expérimental a connu une diminution cliniquement significative au niveau de l'intensité de la douleur perçue (médiane T₀=5, T₁=3) et le niveau de pensée catastrophique (médiane T₀=24, T₁=15). Parler du PGIC...tous amélioration significative!

Conclusion : Cette étude a démontré qu'une séance d'éducation de 2,5 heures n'est pas suffisante afin d'améliorer de façon statistiquement significative la fonction, la douleur, la pensée catastrophique, les stratégies d'adaptation face à la douleur et la dépression chez des lombalgiques chroniques. Cependant, ...tous perçu amélioration signif dans groupe exp... De plus, une courte séance d'éducation a eu un impact cliniquement significatif sur l'intensité de la douleur perçue et de la pensée catastrophique.