



LA DOULEUR EST DANS MA JAMBE! HERNIE DISCALE!!!

Depuis plusieurs années vous avez mal au dos quand vous levez des objets trop lourds.

Ça ne durait que quelques jours.

Mais cette fois la *douleur est partie du dos et descends dans votre jambe*. Elle suit une ligne du dos à la fesse, à l'arrière de la cuisse et à la jambe.

Vous n'en pouvez plus de sentir cette crampe dans la fesse et le mollet.

Les médicaments en vente libre, l'onguent et la glace ne suffisent pas : vous avez un problème mécanique et avez besoin de plus.

VOUS ÊTES UN BON CANDIDAT À L'HERNIE DISCALE!

C'est en physiothérapie que ça se traite avec:

- des **tractions manuelles** bien dosées pour dégager le disque qui touche votre nerf sciatique
- des **mobilisations vertébrales douces** pour redonner du mouvement à toutes les vertèbres et ainsi enlever de la pression sur votre disque
- de **l'anti-inflammatoire** comme le Laser et le Micro-courant pour réduire l'inflammation et la douleur
- des **exercices appropriés** à votre condition
- une bonne dose de **compréhension** du problème.

Un nerf irrité peut donner les mêmes symptômes qu'une hernie discale.

Ce n'est pas si grave mais ça doit être traité. ***Nos professionnelles sont là pour vous, même si vous avez de la difficulté à bouger.***

Nicole Bilodeau, pht



Accès direct: même en urgence sur rendez-vous

- > Entorses et Fractures
- > Maux de tête et Migraines
- > Bursites, Tendinites, Capsulites
- > Hernies discales

Ouvert
lundi au jeudi: 8 à 21h.
vendredi: 8 à 16h.

**CLINIQUE de PHYSIOTHÉRAPIE
NICOLE B.DESROCHERS inc.**

210, rue Principale, **St-Basile-le-Grand, Qc** J3N 1M5

www.physiotherapienbdesrochers.com

450 653-1880