

Osteomag

Grille d'évaluation parentale – Mal de dos chez l'enfant

Cette grille aide les parents à orienter leur décision lorsqu'un enfant se plaint de douleurs dorsales. Elle ne remplace pas une consultation médicale.

1. Depuis combien de temps la douleur est-elle présente ?

■ Moins de 2 semaines

■ 2 à 4 semaines

■ Plus de 4 semaines

2. Quand la douleur apparaît-elle principalement ?

■ Après le sport ou l'activité

■ Après une longue période assise

■ Le matin au réveil

■ La nuit (réveille l'enfant)

3. La douleur s'améliore-t-elle avec le mouvement ?

■ Oui

■ Non

■ Elle s'aggrave avec le mouvement

4. Autres symptômes associés :

■ Fièvre

■ Fatigue inhabituelle

■ Perte d'appétit ou de poids

■ Boiterie

■ Engourdissement ou faiblesse

5. Facteurs récents :

■ Poussée de croissance

■ Augmentation du sport

■ Longues heures assises

■ Stress scolaire

■ Port de sac lourd

6. La douleur limite-t-elle les activités ?

■ Non

■ Oui, légèrement

■ Oui, fortement

Quand consulter rapidement :

- Douleur nocturne persistante
- Fièvre ou perte de poids
- Raideur matinale prolongée (>30 minutes)
- Déficit neurologique
- Douleur persistante au-delà de 4 semaines