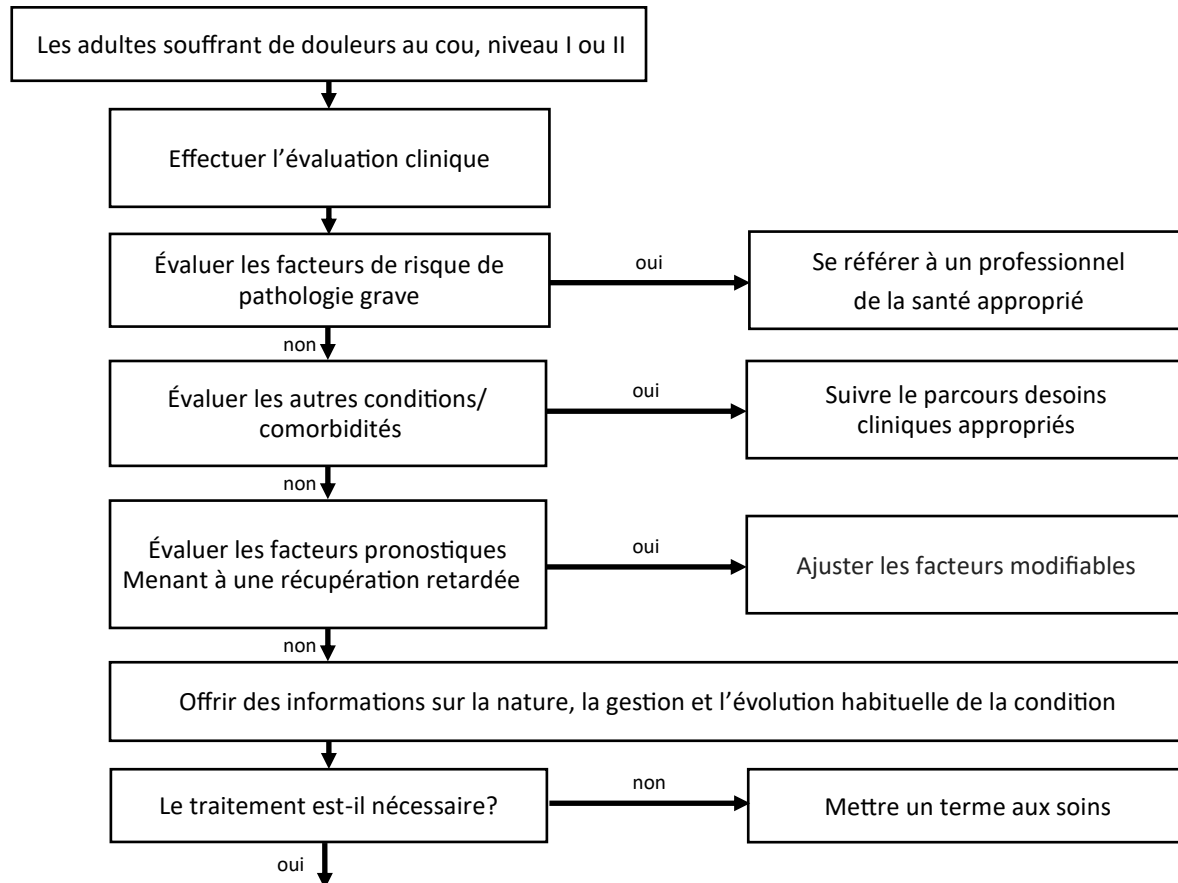
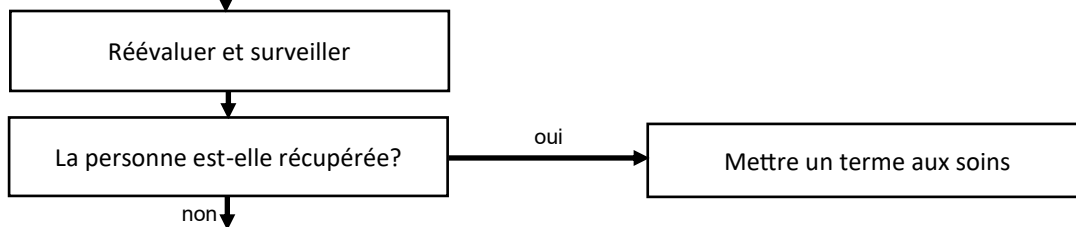


Voie de soin pour la prise en charge des douleurs au cou, niveau I et II



Offrir une formation structurée aux patients (conseils pour rester actif, rassurer, promouvoir et faciliter le retour au travail et aux activités normales, conseils en matière d'auto-soins) et l'une des interventions thérapeutiques suivantes*:

Symptômes ≤ 3 mois	Symptômes > 3 mois
<ul style="list-style-type: none"> • Gamme d'exercices de mouvement • Les soins multimodaux[†] <ul style="list-style-type: none"> • combinaison d'exercices de mouvement et de manipulation ou de mobilisation • Cours court des relaxants musculaires (comme indiqué) 	<ul style="list-style-type: none"> • Gamme d'exercices de mouvement et de renforcement, de qigong ou de yoga • Massage Clinique • Thérapie au laser de bas niveau • Les soins multimodaux[†] <ul style="list-style-type: none"> • combinaison d'exercices de mouvement et de manipulation et de mobilisation • Anti-inflammatoires non stéroïdiens (comme indiqué)



1. Récupération incomplète : pour les symptômes ≤ 3 mois, initier le protocole persistant ; pour les symptômes > 3 mois, se référer à un professionnel de la santé approprié
2. Signes d'hernie discale lombaire avec radiculopathie : se référer à la voie de soin appropriée
3. Changement majeur de symptôme (symptômes physiques nouveaux ou s'aggravant) : se référer à un professionnel de la santé approprié

*Les interventions sont recommandées si des lignes directrices utilisent des termes tels que « recommandé pour examen » (p. ex., « offre », « considérant »), « fortement recommandé », « recommandé sans aucune condition requise » ou « devrait être utilisé ». Les recommandations provenant de données probantes de faible qualité ne sont pas énumérées.

†Soins multimodaux: traitement comportant au moins deux modalités thérapeutiques distinctes, fournies par une ou plusieurs disciplines de soins de santé.