

SÉCURITÉ SOCIALE



**L'Assurance
Maladie**



Le mal de dos
est fréquent mais il **est**
rarement lié à une
maladie grave.

ameli.fr



Même si **le mal de dos**
est très pénible, en général,



cela **ne veut
pas dire que
la colonne
vertébrale
est abîmée.**

La persistance de la douleur
ne signifie pas non plus
aggravation.

SÉCURITÉ SOCIALE



**L'Assurance
Maladie**



**Le repos
n'est pas une solution
thérapeutique.**

ameli.fr

SÉCURITÉ SOCIALE



**L'Assurance
Maladie**

**Rester actif
permet d'aller
mieux plus
rapidement**
et évite d'autres
problèmes
de dos.



ameli.fr

SÉCURITÉ SOCIALE



**L'Assurance
Maladie**



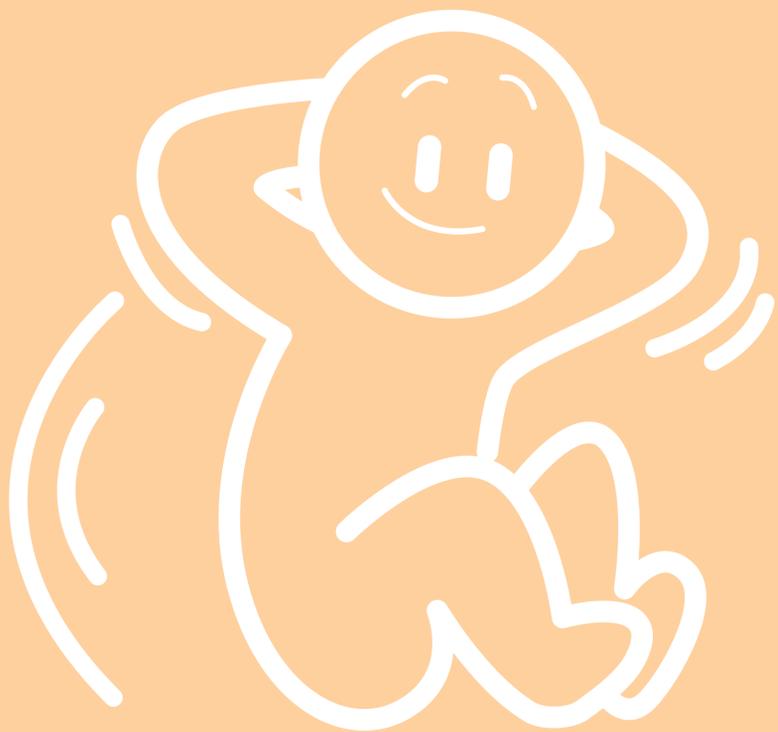
**Plus vite
les activités
sont reprises
et plus vite
surviendra
l'amélioration.**

ameli.fr

SÉCURITÉ SOCIALE



**L'Assurance
Maladie**



**Des exercices
réguliers**
et une bonne
condition physique
**contribuent
à prévenir
le mal de dos.**

ameli.fr