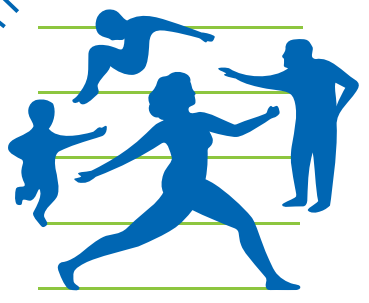


SÉCURITÉ SOCIALE

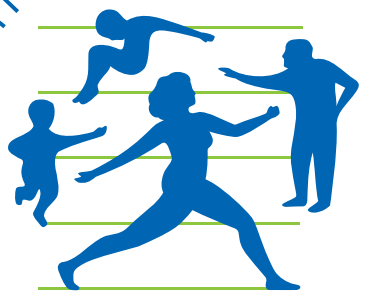


**L'Assurance  
Maladie**



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

**ameli.fr**



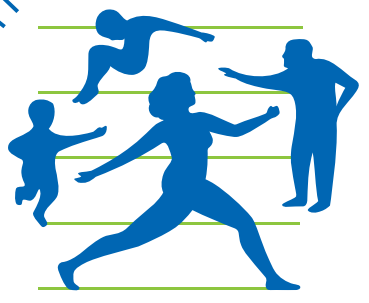
Même si **le mal de dos**  
est très pénible, en général,



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

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

SÉCURITÉ SOCIALE



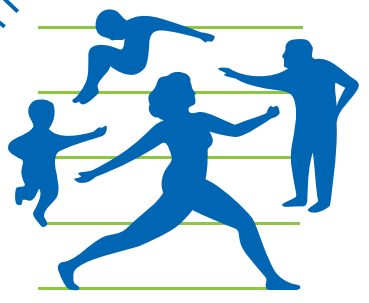
**L'Assurance  
Maladie**



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

**ameli.fr**

SÉCURITÉ SOCIALE



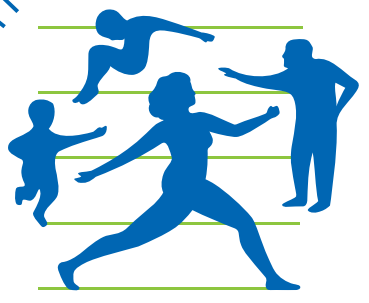
**L'Assurance  
Maladie**

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



**ameli.fr**

SÉCURITÉ SOCIALE



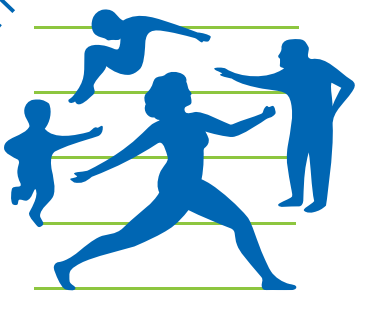
**L'Assurance  
Maladie**



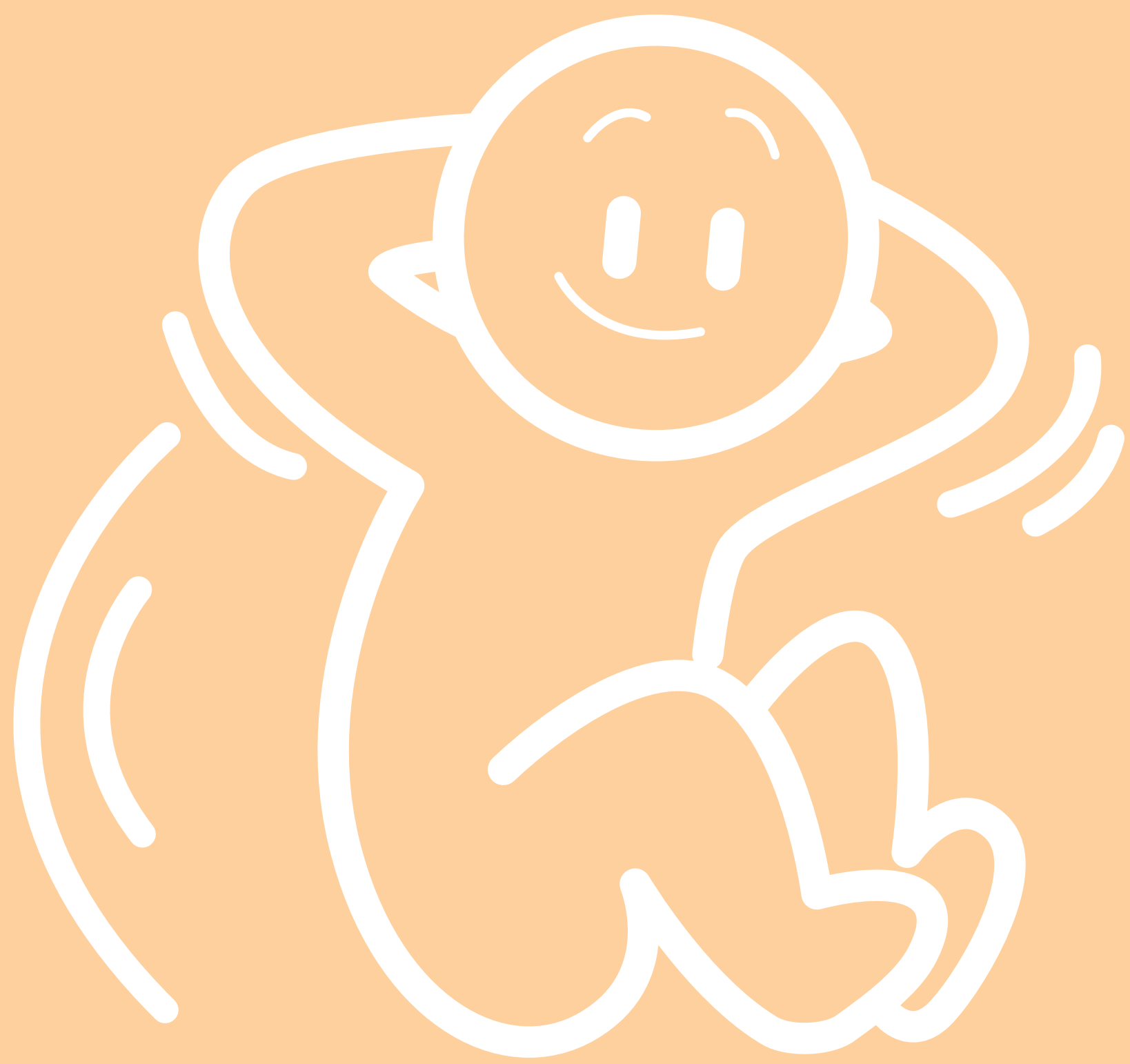
**Plus vite  
les activités  
sont reprises  
et plus vite  
surviendra  
l'amélioration.**

**ameli.fr**

SÉCURITÉ SOCIALE



**L'Assurance  
Maladie**



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

**ameli.fr**