



La semaine de la

SANTÉ

des

PIEDS,

on y voit!

FÉVRIER 2011

Le Nouvelliste
LEADER DE L'INFORMATION RÉGIONALE



Bien chaussé pour des pieds en santé

Dans le cadre de la semaine de la santé des pieds, nous vous dévoilerons l'élément clé pour prévenir la plupart des problèmes fréquemment rencontrés en podiatrie. En effet, cet élément est aussi banal que la fameuse chaussure que vous enfiler tous les jours! L'humain fait, en moyenne, 10 000 pas par jour; alors, s'il porte des chaussures mal adaptées, il pourrait s'exposer à des problèmes au niveau de ses pieds, de ses genoux, voire même de ses hanches et de son dos.

Tout d'abord, le meilleur moment pour acheter vos chaussures est la fin de la journée, car vos pieds ont tendance à enfler. Cela vous évitera un achat de chaussures mal adaptées à votre morphologie.

Il existe quatre critères à respecter pour choisir le bon produit.

- Une chaussure de préférence lacée, avec un talon est de 1 cm à 3 cm plus élevé qu'à l'avant-pied.
- Une chaussure suffisamment large pour éviter les compressions nerveuses ou les difformités (hallux valgus) et suffisamment longue pour empêcher les traumatismes aux ongles et aux orteils.
- Il est facile de visualiser les deux critères précédents en sortant la semelle intérieure de la chaussure et en se mettant debout sur celle-ci; il est primordial qu'aucune partie de votre pied ne déborde.
- Une chaussure cousinée avec un renfort arrière rigide et qui se plie à la base des orteils. La rigidité de la chaussure stabili-



sera votre pied lors de la marche et permettra d'éviter des entorses de chevilles ou des fasciites plantaires. Tenez-vous loin des chaussures ultra flexibles de type pantoufles.

- Lors de l'essayage des souliers, vous devez vous assurer que la profondeur est adéquate afin d'éviter les durillons liés aux points de frictions.

Ce que vous devez retenir de cette capsule santé est que ce n'est pas parce qu'un soulier est à la mode qu'il convient à votre morphologie! Il est possible de faire un compromis entre santé et beauté; ceci vous permettra d'éviter les conséquences néfastes des chaussures mal adaptées.

Bon magasinage et surtout bonne marche!

Marie-Christine Bergeron et
Gabrielle L'Écuyer Lapierre
Internes à la clinique podiatrique
de l'UQTR

Cors et verrue plantaires, comment les différencier

Cors : Ils sont l'accumulation condensée de callosité habituellement associée à un point de pression. Les cors ont une couleur jaune translucide. Leur dimension varie beaucoup selon la pression induite et ils tendent à agrandir avec le temps. Lorsque situés entre les orteils, ils sont appelés couramment «œil de perdrix».

Traitement : La callosité doit être enlevée et le point de pression coussiné. Il existe différentes façons de ralentir la progression du cor: certaines crèmes spécifiques, un coussin de gel, un séparateur d'orteils sur mesure, le port de souliers adéquats ou les orthèses plantaires.



Verrue plantaire : Il s'agit d'une infection bénigne causée par le virus du papillome humain (HPV) de type 1, affectant uniquement l'épiderme de la peau. Contrairement à la verrue commune, elle est plate et couverte de callosité. À ses débuts, elle est blanche et des points noirs ou rouges apparaîtront graduellement. La verrue plantaire peut être douloureuse lorsque compressée. Elle est plus fréquente à l'adolescence et tend à produire des verrues satellites de différentes grandeurs avec le temps.

Traitement : La méthode consiste à brûler l'épiderme de la peau affectée jusqu'à ce que le virus soit complètement détruit. Les produits les plus utilisés à la clinique sont l'acide appliqué topiquement ou encore un traitement par injection.

Cors et verrues peuvent se ressembler, mais leur traitement sont très distinctifs. Il est donc important de bien les différencier si on espère un maximum de résultats.

Source : Sébastien Milot, DMP
Clinique podiatrique Sébastien Milot
voisine du Centre d'achat Les Rivières
819 841-1456
Les rendez-vous sont rapides
Service également offert à Louiseville



819 376-5104

SOULAGEZ VOS PIEDS

TRAITEMENTS

- ▶ Soins de pied
- ▶ Cors, verrues et durillons plantaires
- ▶ Callosités, ongles épais, ongles incarnés, etc.
- ▶ Problèmes légers et sévères : épine de Lenoir, pieds diabétiques et arthritiques etc.

SERVICES

- ▶ Orthèses
- ▶ Radiographies
- ▶ Coupe d'ongles
- ▶ Chirurgies mineures
- ▶ Attention spéciale aux patients diabétiques

clinique  **podiatrique**

de l'Université du Québec à Trois-Rivières



www.uqtr.ca/clinique.podiatrique



CLINIQUE PODIATRIQUE SÉBASTIEN MILOT D.P.M.

Votre podiatre pour l'évaluation, le diagnostic et le traitement :

- Analyse biomécanique de l'enfant et de l'adulte
- Orthèses plantaires sur mesure
- Ongles incarnés ou déformés
- Verrues plantaires
- Cors et callosité
- Fractures et entorses
- Et beaucoup plus

Rendez-vous rapide.
Couvert par la majorité des régimes d'assurance.



4825, boul. des Forges, Trois-Rivières
255, ave St-Laurent, Louiseville

819 841-1456



Les cliniques Orthésium Qualité totale, confort optimal

Les Cliniques
ORTHESIUM

LABORATOIRE D'ORTHÈSES-PROTHÈSES

Plusieurs facteurs contribuent au succès des cliniques Orthésium, à commencer par la mission que s'est donné l'équipe en place, une mission de qualité totale qui mise sur un service personnalisé. Pour sa clientèle, cela se traduit par des orthèses confortables, esthétiques, performantes et dynamiques. Les orthèses sont conçues sur mesure, un élément essentiel pour rétablir l'équilibre de la biomécanique humaine.

Un autre facteur de taille est sûrement l'excellente réputation dont jouissent les cliniques Orthésium, laquelle s'appuie sur différentes associations professionnelles du domaine de la santé. Mentionnons également la haute qualité des matériaux qui entrent dans la composition des orthèses, principalement importés de France et qui rehaussent les standards de l'industrie.

Services offerts

Près de chez vous se trouvent deux cliniques d'orthèses vous offrant des produits de qualité supérieure. Les Cliniques Orthésium, situées à Trois-Rivières, au 845 boulevard des Récollets, bureau 103 et à Shawinigan, au 2484 rue St-Marc. Elles vous impressionneront par la compétence de leur équipe et leur service personnalisé.

En plus des orthèses sur mesure, vous pourrez retrouver, dans ces deux cliniques, d'autres produits tels que des accessoires de convalescence et d'aide à la mobilité. Les orthésistes sur place sont également formés de façon à vous conseiller en matière de bas compressifs.

N'hésitez pas à contacter les orthésistes Gabrielle Kirouac-Bernier et Amélie Nolin à Trois-Rivières, ainsi que Marie-Pier Hébert à Shawinigan.

Elles se feront un plaisir de répondre à vos questions.

Le pied est la partie du corps la plus sollicitée durant une vie

Les pieds permettent à l'homme de se soutenir debout et de marcher. Ils ont un rôle d'équilibre, d'amortisseur, et de propulseur.



À lui seul, le pied comprend 26 os, 16 articulations, 107 ligaments, 20 muscles et plus de 7000 terminaisons nerveuses; on pourrait dire qu'il est d'une grande sensibilité!

On comprend donc à quel point il est important de prendre soin de nos pieds.

Durant cette semaine de la santé de pieds, honorons nos pieds et offrons leur un moment de répit : une pensée et un geste de gratitude pour cette partie du corps si souvent négligée mais au combien essentielle. «Le pied assure la première libération de l'enfant et la dernière liberté du vieillard» - Jean-Paul Desbiens.

Mme Annick Leperlier est infirmière depuis 1994. Elle est spécialisée en soin podologique (soin des pieds) depuis bientôt quatre ans. Passionnée par son métier, elle offre ses services à une clientèle diversifiée: les personnes atteintes du diabète ou anticoagulées (coumadin), les

gens soucieux de la santé de leurs pieds ou présentant des problèmes particuliers.

Soin initial à 50% jusqu'au 19 mars 2011 sur présentation du coupon.

Source : Annick Leperlier
Clinique en soin des pieds
819 701-0424

Clinique en soins de pieds

ANNICK LEPELIER, infirmière

Services offerts :

- Bilan de santé des pieds et plan de soins;
- Soins de la peau : cors, callosités, durillons, etc.
- Soins des ongles : ongles incarnés, ongles épais, etc.
- Soulagement et bien-être;
- Promotion de la santé : prévention et enseignement
- Soins aux diabétiques

50% de rabais
sur un soin initial.

Sur présentation de l'annonce, valable jusqu'au 19 mars 2011.
*Applicable aux nouveaux clients seulement.



845, boul. des Récollets, bureau 103
Trois-Rivières
819 701-0424

Avec A.V.O. Pieds Dorlotez vos pieds... ils le méritent

Les pieds sont à la base de notre liberté et de notre santé. Ils nous supportent, nous transportent et parfois nous font mal. En prendre soin est important. C'est ce à quoi se consacre Mme Diane Riopel-Pellerin.

Cette hygiéniste en soins des pieds vous propose une gamme complète de soins qui vous apportera soulagement et détente, notamment à travers l'excellente gamme de produits allemands de marque GEHWOL, spécialement conçus pour le soin des pieds. Réalisés à base d'huiles essentielles naturelles, ils sont testés dermatologiquement et conviennent aux diabétiques.

En plus d'offrir ses soins en clinique (située au 680, Chemin des Loisirs à Saint-Élie), Mme Riopel-Pellerin se rend également à domicile, et n'hésite pas à se déplacer vers les résidences pour personnes âgées ainsi que les hôpitaux.

Des services complets

Parmi les services offerts par Mme Riopel-Pellerin, notons : examen des pieds, traitement des ongles et ongles incarnés, coupe et amincissement des ongles, traitement des cors, durillons et callosités... bref,



tout ce qui concerne la santé et l'hygiène des pieds.

Avec Mme Riopel-Pellerin, une session de soins n'est jamais complète sans un massage des pieds en réflexologie.

Fort relaxante, et favorisant la circulation sanguine, cette portion du traitement est grandement appréciée, peu importe l'âge de la clientèle.

De façon générale, un soin complet des pieds nécessite environ 1h15, et 1h30 lors de traitements spécialisés.

À votre disposition

Traitez vos pieds avec attention. Ils vous rendront encore de précieux services tout au long de votre vie.

Pour un rendez-vous à la clinique A.V.O. Pieds, à domicile ou en résidence, contactez sans tarder Mme Diane Riopel-Pellerin, en composant le 819 221-5286.

Vos pieds sauront vous en remercier.

✓ Examen	✓ Cors
✓ Coupe et soin des ongles	✓ Durillons
✓ Ongle incarné	✓ Massage des pieds
✓ Callosités	✓ Réflexologie

Produits GEHWOL disponibles

Diane Riopel-Pellerin
Réflexologue, hygiéniste en soin des pieds

680, chemin des Loisirs, Saint-Élie
Sur rendez-vous 819 221-5286
à la clinique ou à domicile

A.V.O. PIEDS Certificats-cadeaux

Les Cliniques
ORTHESIUM
LABORATOIRE D'ORTHÈSES-PROTHÈSES

Auparavant connue sous les noms Orthésium, Autonomie et Santé et Centre d'orthèses et prothèses de la Mauricie.

Services offerts :

- Évaluation biomécanique
- Orthèses plantaires
- Orthèses de genou
- Bas de compression
- Orthèses de poignet
- Chevillères

25% de rabais
sur une paire d'orthèses plantaires.
Sur présentation de l'annonce, valable jusqu'au 31 mars 2011.

Orthésistes sur place pour vous servir

845, boul. des Récollets
bureau 103, Trois-Rivières
819 374-4010

2484, rue Saint-Marc
Shawinigan
819 537-4010



Clinique Podiatrique Legaré & Barbeau

La clinique a évalué près de 14 000 patients depuis 1996, du nouveau né de 2 semaines au patient âgé de 103 ans. Les docteurs Philippe Legaré et Nathalie Barbeau, podiatres ont à cœur de vous offrir des services de haute qualité. Parmi ceux-ci, nous retrouvons l'utilisation d'instruments de pointe tels qu'un système de radiographie numérique (qui permet de réduire de 4 fois l'exposition au rayon X), un système d'évaluation de la posture; le BioVizion, un système de stérilisation contrôlé, un laboratoire d'orthèses sur place, des bains tourbillons et le laser (HE, NE-IR) (traitement de diverses inflammations).

À la clinique, nous savons que la santé des pieds des enfants est importante. Plusieurs affections chez ces derniers peuvent être traitées et, ce, dès le plus jeune âge, car cette correction pourra alors devenir permanente avec la croissance. Si vous trouvez que votre enfant a les pieds vers l'intérieur, qu'il n'a pas de tolérance à la marche, qu'il déforme ses chaussures ou qu'il a des douleurs aux jambes, un examen chez le podiatre est tout à fait indiqué.

De plus, pour les nouveaux parents, sachez que comme pour les yeux et les dents de votre enfant, une vérification dès l'âge de 1 mois des pieds est conseillée.

Le podiatre versus l'orthésiste

Les patients nous demandent régulièrement quelles sont les différences entre le podiatre et l'orthésiste/prothésiste. Plusieurs différences existent :

Le podiatre possède un doctorat de premier cycle totalisant 4083 heures de formation universitaire, tandis que le programme d'orthésiste/prothésiste est une technique collégiale avec 2715 heures.

Le podiatre évalue et émet un diagnostic, il peut faire des radiographies, des prescriptions de médicaments et d'orthèses contrairement à l'orthésiste/prothésiste qui fabrique et conçoit les orthèses suite à la prescription détaillée du médecin.

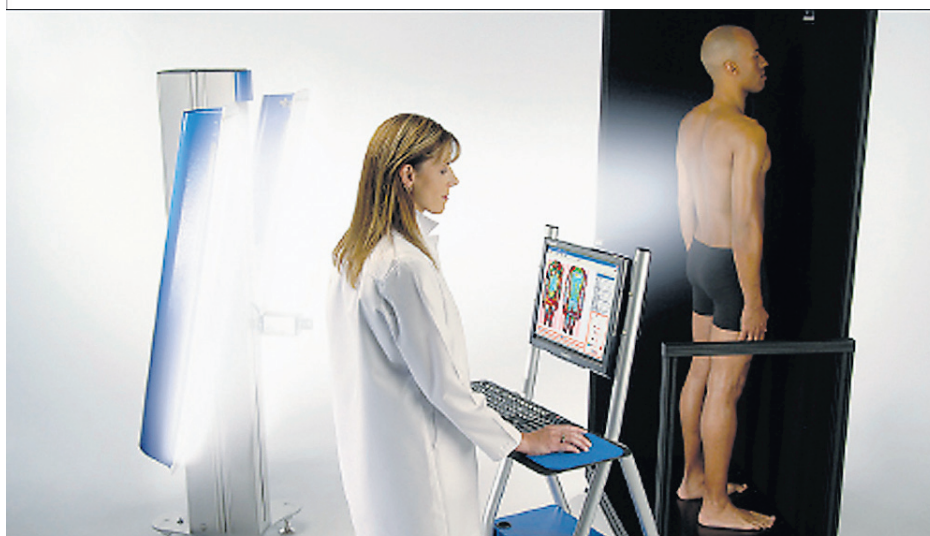
Le podiatre assure une prise en charge du traitement, avec un suivi rigoureux des changements physiologiques, contrairement à l'orthésiste/prothésiste qui exécute la prescription du médecin (qui est le responsable de votre traitement).



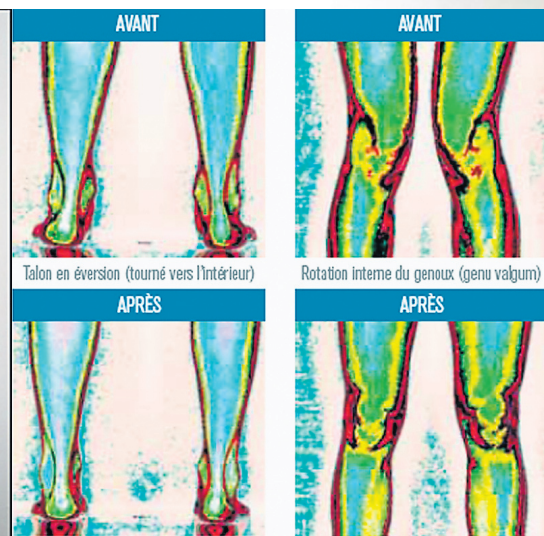
L'orthèse Cryos offre de multiples avantages comparativement à l'orthèse traditionnelle.

Ce que l'on peut traiter en podiatrie

- douleurs reliées à un mauvais alignement provoquant une inflammation ou prédisposant à une usure prématurée au niveau du dos, des hanches, des genoux ou autres articulations
- inégalité des membres inférieurs
- syndrome bandelette iliotibiale
- tendinites, bursites
- syndrome fémoropatellaire
- syndrome de l'épine de Lenoir
- oignon (hallux valgus, limitus, rigidus)
- instabilité des chevilles
- fasciite plantaire
- orteils marteaux
- sésamoïdite
- névrome de Morton
- syndrome du tunnel tarsien
- ongles incarnés, verrues plantaires



L'imagerie médicale BioVizion permet de mieux comprendre et voir les résultats.



L'orthèse plantaire CRYOS

La clinique utilise l'orthèse Cryos qui offre de multiples avantages comparativement à l'orthèse conventionnelle. Elle peut s'insérer dans presque tous les types de souliers, qu'il s'agisse d'une chaussure à talon, de ville ou de sport. Beaucoup trop d'orthèses sont dans les garde-robes ou utilisées occasionnellement.

Pour qu'une orthèse soit vraiment efficace, elle doit être portée de façon régulière. Avec l'orthèse Cryos, il vous est plus facile de porter vos orthèses, ce qui apporte de meilleurs résultats. Également cette dernière est conçue pour procurer autant de flexibilité que de rigidité dépendamment du problème à corriger.

Elle modifie les pressions de l'avant-pied lors de la marche et assure une meilleure absorption de choc. Elle ne bloque pas le mouvement naturel du pied mais plutôt le guide pour maximiser son efficacité www.cryos.com

Notre système d'imagerie BioVizion

Comme outil complémentaire, la clinique utilise un système d'imagerie non invasif, le BioVizion.

Ce système nous permet de faire une évaluation complète de la posture. Une étude a été publiée en octobre 2008 dans le «Journal of Foot and Ankle Surgery»

**Les docteurs
Philippe Legaré et
Nathalie Barbeau,
podiatres,
ont à cœur
de vous offrir
des services
de haute qualité**

**3675,
Chanoine-Moreau
Trois-Rivières
819 693-9393
clinique podiatrique.com**

qui démontre statistiquement l'efficacité de cette technologie. Il nous permet de voir clairement et de mettre en évidence les variations de surface occasionnées par des pathologies posturales, structurales et musculaires qui sont souvent liées aux problèmes biomécaniques des pieds.

Le tout nous permet d'évaluer les problèmes de posture et d'observer les changements obtenus par le port de l'orthèse dans le temps. Il s'avère nécessaire d'être en mesure de faire un bon examen, avec des données qualitatives et quantitatives pour voir l'évolution du traitement de chaque patient. Ainsi, nous nous assurons un meilleur suivi afin d'atteindre les objectifs thérapeutiques fixés, car chaque patient réagit différemment d'où l'importance d'adapter le traitement en conséquence.

Alors que ce soit pour de la prévention ou tout autre problème relié à vos pieds, le Dr. Legaré, le Dre Barbeau et toute leur équipe se feront un plaisir de vous renseigner et de vous guider avec attention vers le meilleur traitement qui soit.

**Les soins podiatriques sont couverts par les assurances personnelles et il n'est pas nécessaire d'avoir une prescription de votre médecin pour obtenir un rendez-vous.*

DEPUIS 1996



CLINIQUE PODIATRIQUE
LEGARÉ & BARBEAU

docteurs en médecine podiatrique

POUR SE REMETTRE SUR PIED



Orthèses CRYOS
minces et polyvalentes,
faciles à porter en tout temps



Système d'imagerie
BIOVISION pour mieux analyser
vos douleurs, voir et mesurer vos progrès

- Évaluation de la posture
- Podopédie (1 mois et plus)
- Radiographie numérique
- Thérapie au laser
- Bain tourbillon
- Ongles incarnés et verrues plantaires



cliniquepodiatrique.com | **819 693.9393**

3675, boul. du Chanoine-Moreau, Trois-Rivières (Québec) G8Y 5M6

Dr Philippe Legaré, podiatre
Dre Nathalie Barbeau, podiatre



Savard Ortho Confort

Pour vos orthèses, choisissez l'orthésiste

La profession d'orthésiste telle qu'on la connaît existe au Canada depuis la fin des années 50. En effet, c'est à la suite d'une épidémie de polio que le Gouvernement fédéral invite les gens intéressés à s'inscrire à la nouvelle formation d'orthésiste-prothésiste qui, jusqu'alors, ne se donnait pas au Canada.



Savard Ortho Confort a tous les produits pour les pieds, y compris les produits en gel lavables.



L'orthésiste

Par définition, l'orthésiste conçoit, fabrique, ajuste et répare tous les types d'orthèses y compris les orthèses plantaires. Tout comme le pharmacien, l'orthésiste est habilité à lire et comprendre le diagnostic du médecin et à faire

les recommandations soit aux clients, soit aux médecins pour le choix d'une orthèse.

L'orthèse plantaire et l'orthésiste

Lorsque le client se présente dans un laboratoire d'orthèses, avec une prescription en main, ce dernier est évalué et, par la suite, une prise d'empreinte est effectuée. Contrairement aux podiatres qui font fabriquer leurs orthèses en Ontario, aux États-Unis et même dans des laboratoires d'orthèses-prothèses, les laboratoires d'orthèses fabriquent 99 % de leurs orthèses plantaires. Parce qu'il les fabrique, l'orthésiste est la meilleure personne pour ajuster les orthèses plantaires à vos pieds et bien sûr à vos chaussures. De plus, il possède toute la machinerie et les équipements pour faire des réajustements ou des rafraîchissements (remises à neuf) de vos orthèses.

L'orthésiste versus le podiatre

Vous vous demandez quelle est la différence entre un orthésiste et un podiatre? Chez Savard Ortho Confort Inc., voici notre réponse : feriez-vous confiance à un médecin qui, en plus de prescrire vos médicaments, vous les vendrait? Feriez-vous confiance à un pharmacien qui, en plus de vendre ses médicaments, vous les prescrirait? Et bien, parce que votre orthésiste ne peut se prescrire à lui-même (contrairement au podiatre), il n'y a donc pas de conflit d'intérêt entre la prescription et la vente des orthèses. En fabriquant les orthèses nous-mêmes, nous créons de l'emploi ici et les orthèses sont beaucoup moins dispendieuses que la compétition.

Savard à Trois-Rivières

C'est en Mauricie que l'expansion de l'entreprise a débuté. En effet, Prothèses et orthèses Savard ouvre, en 1998, une succursale à Trois-Rivières. Cinq ans plus tard, pour répondre à une demande de plus en plus élevée des gens de la région de la Mauricie, l'entreprise procède à la construction d'une bâtisse ultra moderne au 3000, boulevard St-Jean.

Devenue Savard Ortho Confort, la nouvelle raison sociale reflète davantage sa mission qui est de procurer autonomie et confort orthopédique au quotidien en maintenant un très haut standard de qualité. Avec ce nouveau nom, l'entreprise projette une image plus contemporaine et dynamique orientée vers la santé et les solutions «confort» les mieux adaptées à la réalité de sa clientèle.

Dès qu'un besoin d'aide se fait sentir, Savard Ortho Confort est l'endroit par excellence pour y répondre. Orthèses de toutes sortes pour toutes les parties du corps, cannes, marchettes ou fauteuils roulants, vêtements compressifs, aides à l'incontinence, prothèses mammaires, appareils d'inhalothérapie ou de luminothérapie, petit ou grand problème, on vous offre une solution. Service d'évaluation à domicile, installation, réparation et même location, notre équipe d'experts s'occupe de vous avec empressement.

Ce n'est donc pas par hasard si les intervenants professionnels en santé comme les aidants naturels de toute la Mauricie se tournent d'abord vers Savard Ortho Confort pour assurer le mieux-être de leurs patients ou de leurs proches.



Le plus grand magasin orthopédique avec le plus grand choix dans toute la Mauricie.

N'hésitez pas à contacter ces professionnels à votre service, au

**3000, boulevard St-Jean,
Trois-Rivières**

819 376-5383

ou

888 833-6381

Et partout au Québec

En 2004, c'est l'ouverture de la succursale de Lévis. En 2006, c'est au tour de Rivière-du-Loup d'accueillir sa succursale dédiée au confort.

Également en 2006, Savard Ortho Confort fusionne avec le plus important fournisseur institutionnel d'équipement d'aides techniques, Dépanago. L'union de ses deux entreprises vient élargir l'éventail de services en alliant le service institutionnel au service au détail.

À la suite de cette fusion, la nouvelle entreprise décide de regrouper toutes ses activités dans un nouveau siège social. C'est ainsi que le 18 juin 2007, s'ouvre à Québec, le plus gros centre orthopédique «tout sous un même toit» au Canada. On y retrouve une salle d'ex-

position de 10 000 pi², 12 000 pi² d'entrepôt, un laboratoire moderne, 21 salles d'essayage, un service d'inhalothérapie, un service technique avec six mécaniciens et des aires de repos pour le personnel.

En 2009, Savard Ortho Confort, confirme sa position de leader au Québec en annonçant deux ouvertures simultanées, à Montréal et à Drummondville.

Expertise, expérience et qualité

Au fil des ans, Savard Ortho Confort a acquis une grande expérience en matière d'aides techniques et orthopédiques. L'entreprise a su créer des liens de confiance avec des gens de différents milieux médicaux. En effet, en plus d'une importante clientèle constituée de particuliers, l'entreprise sert aussi une vaste clientèle commerciale et institutionnelle composée notamment, de centres hospitaliers, d'hébergement et d'accueil, de cliniques médicales, de pharmacies et de centres de réadaptation.

Entourée d'une équipe compétente et multidisciplinaire, Savard Ortho Confort continue de miser sur le service à la clientèle et l'innovation afin d'assurer son développement.

Vos pieds vous font souffrir?

Nous acceptons
les prescriptions de
tous les médecins
ainsi que des
podiatres.

Venez rencontrer un de nos orthésistes pour le choix de vos orthèses plantaires. **Savard offre une technologie de moulage direct sous le pied** (technologie européenne) et **des produits confort pour toute la famille!**

Accrédité RAMQ, CSST, SAAQ, Anciens Combattants, Affaires indiennes, etc.



orthèses
de qualité

Orthèses délicates
pour vos souliers fins

Savard Ortho-Confort

Les consultations pour vos orthèses plantaires sont TOUJOURS GRATUITES, et ce, depuis 39 ans!



Orthèses garantie satisfaction de 6 mois ou remboursement*
Deuxième paire à prix réduit*

*voir détails en magasin.

5 SUCCURSALES **Trois-Rivières 819-376-5383**

Québec 418-681-6381 / Lévis 418-833-6381 / Rivière-du-Loup 418-863-6381 / Drummondville 819-473-4381

Savard ^{MC}
ORTHO : CONFORT

Savard Ortho-Confort, le complice de votre mieux-être
orthèses plantaires . chaussures . orthèses sportives



Bonne chaussure, beau pied

L'heure du magasinage a sonné, vous devez vous acheter une nouvelle paire de chaussures. Heureux moment pour certains, un cauchemar pour d'autres. Voici quelques conseils qui pourront certainement vous être utiles afin de faire un choix judicieux et ainsi rendre l'utile à l'agréable.

Une première réflexion s'impose pour vous : « Dans quelles circonstances vais-je porter mes chaussures? ». N'oubliez jamais, chaque activité a son soulier. Cela vous guidera certainement vers la boutique idéale.

Ensuite, vous devrez avoir en tête les trois règles de base :

- La semelle de ma chaussure est suf-

fisamment rigide et plie au bon endroit, soit au niveau de l'articulation métatarso-phalangienne (orteils).

- Le squelette de ma chaussure est suffisamment rigide et il est impossible de tordre le soulier.

- Le renfort est solide et il est impossible de le renfoncer.

Si le modèle choisi respecte ces trois règles, essayez les chaussures.

Tout d'abord, assurez-vous que le soulier est suffisamment large pour votre pied. Retirez la fausse-semelle et positionnez votre pied sur celle-ci, vous serez rapidement en mesure de déterminer si la largeur est adéquate. Vous ne devez pas avoir en tête que la chaussure va se



former à votre pied. Si vous devez porter une orthèse, assurez-vous que la profondeur du soulier est adéquate et vérifiez si

vous devrez retirer la fausse-semelle ou non. Puis, n'hésitez surtout pas à fouler les planchers du magasin afin de vous assurer que vous êtes confortable.

Finalement, vos pieds ont tendance à enfler au courant de la journée, donc le soir est le moment idéal pour aller magasiner. Demandez conseil aux vendeurs ou à votre podiatre si vous n'êtes par certain de faire le bon choix et n'oubliez surtout pas que malgré tous les bons conseils, c'est VOUS qui porterez les souliers.

Source : Dre Julie Toupin, podiatre
Clinique Dre Annie Galibois, podiatre
(819) 377-7999



Ordre des Podiatres du Québec

Examen bio-mécanique complet

- Soins particuliers aux diabétiques
- Chirurgie permanente d'ongles incarnés

Nouvelles heures en soirée

**ORTHÈSES SPÉCIFIQUES
TRAITEMENT COMPLET
DES PIEDS**

- Ongles longs et épais
- Ongles incurvés
- Transpiration
- Ongles mycotiques
- Verrues plantaires

MAINTENANT à la CLINIQUE de la Dre Annie Galibois, podiatre

Dre Julie Toupin




Dre Julie Toupin, podiatre **Dre Annie Galibois, podiatre**

6061, rue des Merles, Trois-Rivières (secteur Pointe-du-Lac)
819 377-7999

2467393

Consultez votre podiatre directement, sans référence médicale

Un service rapide et efficace

Dr Yvan Jacob pratique la podiatrie au Québec depuis 1996. Ses études aux États-Unis, à Philadelphie et à l'Institut de médecine podiatrice lui ont permis d'acquérir les meilleures connaissances qui soient en lien avec les différents problèmes reliés aux pieds et tout ce qui influence ceux-ci, en particulier genoux, jambe et dos.

Que ce soit pour des ongles incarnés, verrues plantaires, cors, corne, callosité, ulcères, épine de Lenoir, fasciite plantaire, arthrose ou un mal de talon, pied, cheville, genoux ou dos, Dr Jacob peut vous aider. Certains cas peuvent nécessiter des chirurgies mineures, auxquels cas, le podiatre peut pratiquer l'intervention.

Aussi, pour les jeunes enfants, adolescents et sportifs, Dr Yvan Jacob possède une connaissance approfondie pour mieux les aider et les guider.

À la Clinique podiatrice du Dr Yvan Jacob, on porte une attention toute particulière à fournir à la personne l'orthèse qui lui convient le mieux, qu'elle soit mince et délicate pour les souliers de sortie ou robuste pour le travail et le sport. Dr Jacob fera les moulages et les ajustements nécessaires au confort et au besoin des clients.

La Clinique podiatrice du Dr Yvan Jacob est située à la Polyclinique du Cap. Dr Jacob est plus qu'un expert dans la médecine podiatrice, il offre au grand public des soins humains et profession-

nels depuis une quinzaine d'années.

Outre des soins de première classe, la Clinique podiatrice du Dr Yvan Jacob mise sur l'accueil chaleureux de Mme Suzanne Loubert et sur un suivi rigoureux pour tous les plans de traitements.

Le service est rapide et efficace. Un service d'urgence est d'ailleurs disponible pour le grand public afin de mieux vous servir.

Lorsqu'un mal de dents se manifeste, vous contactez un dentiste... Donc, si le mal de pied se présente et persiste, consultez le Dr Yvan Jacob. Sa grande expertise lui permet de régler votre problème rapidement et efficacement à prix raisonnable. Comme mentionne Dr Jacob : « plus il y a expérience, plus c'est simple ». Dr Yvan Jacob est un passionné de cette médecine. De plus, il adore le contact humain.

Dans le cas d'une chirurgie d'ongle incarné, celle-ci se fait sans douleur et sans récidives. Dr. Jacob est reconnu à travers la province pour l'efficacité de cette chirurgie d'ongle incarné.

Il n'est donc pas nécessaire d'avoir une référence médicale pour prendre rendez-vous avec Dr Yvan Jacob. Vous pouvez le contacter directement.

Pour rendez-vous : 819 370-6468 (Polyclinique du Cap).

URGENCE ACCEPTÉE



Capsule-conseil de la Clinique podiatrice Dr Yvan Jacob

Comment régler définitivement un problème d'ongle incarné sans douleur!



L'ongle incarné est causé principalement par un taillage inadéquat. L'hérédité, certains médicaments et le port de chaussures trop courtes peuvent aussi créer ce douloureux problème. Cette affection peut aussi se produire à la suite d'un coup reçu sur l'orteil.

Le taillage en biseau est à éviter le plus possible. Il soulage temporairement, mais par la suite l'ongle va se réincurver. Habituellement, dans le mois suivant, tout est à reprendre. Dr Jacob applique depuis maintenant 15 années, une méthode rapide, efficace, sans douleur et sans récidive à 99 %.

À la suite d'une chirurgie mineure, les sportifs ou les gens actifs peuvent aisément continuer de pratiquer leur activité. Il a réalisé ses études à Philadelphie aux États-Unis, à l'une des meilleures universités en Amérique du Nord.

Dr Jacob peut traiter des problèmes de toutes sortes tels :

- **Biomécaniques (douleur aux chevilles, genoux, talons)**
- **Orthèses plantaires adaptées à votre besoin**
- **Verrues plantaires, oeil de perdrix, orteil marteau**
- **Ulcères**
- **Soins aux diabétiques**
- **Corne, callosités (cors)**
- **Infiltration cortisone**

Les urgences sont acceptées, ainsi que les assurances. Vous n'avez pas besoin d'une référence médicale pour prendre rendez-vous avec Dr Jacob, vous pouvez le consulter directement, en communiquant à la Polyclinique du Cap, au 700, boul. Thibeau, Trois-Rivières 819 370-6468.

• ORTHÈSE PLANTAIRE, prescription, conception et correction. • ONGLES INCARNÉS, chirurgie sans douleur

• ULCÈRE, VERRUE, CORNE, CALLOSITÉ (CORS) • DOULEUR CHEVILLE, TALON, GENOU • INFILTRATION CORTISONE

• SOINS POUR DIABÉTIQUES • FASCIITE PLANTAIRE • ÉPINE DE LENOIR

15 années d'expérience pour bien vous conseiller

Clinique podiatrice Dr Yvan Jacob

Polyclinique du Cap | 700, boul. Thibeau, Trois-Rivières | **819 370-6468**

ASSURANCE ACCEPTÉE

* Consultez directement le podiatre, sans référence médicale.