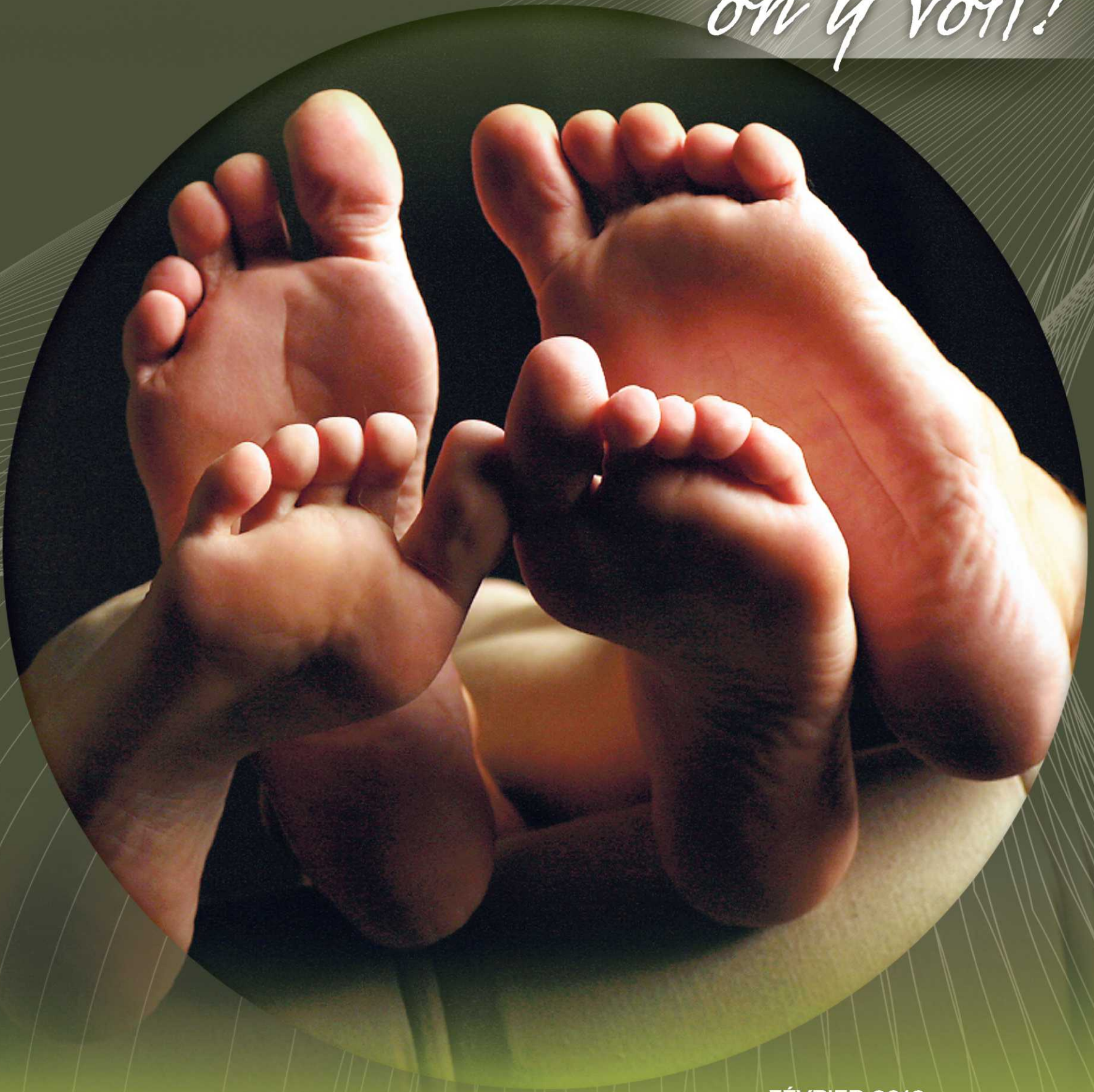


La semaine de la santé des  
**PIEDS**

*on y voit!*



FÉVRIER 2012

**Le Nouvelliste**

LEADER DE L'INFORMATION RÉGIONALE



Marcel Bouchard  
Porte-parole et client  
depuis plusieurs années

Maux de pieds, de genoux ou de dos ?  
**FAITES CONFIANCE  
AU PLUS GRAND RÉSEAU  
D'ORTHÉSISTES AU QUÉBEC.**

**CRAMPONS  
AMOVIBLES  
POUR BOTTES D'HIVER  
GRATUITS!**

Présentez cette annonce lors  
de votre ÉVALUATION GRATUITE.  
Valide jusqu'au 16 mars 2012.



**ORTHÈSES PLANTAIRES  
SUR MESURE**

- **Technologie** avant-gardiste et brevetée
- Admissibilité à la plupart des **régimes d'assurance**
- **Plusieurs choix d'orthèses** disponibles, incluant les orthèses fines.

Clinique du pied  
**ÉQUILIBRE**

**ÉVALUATION GRATUITE**

**NOUVELLES  
CLINIQUES**

LA TUQUE • 558, rue Commerciale  
LOUISEVILLE • 255, Ave. St-Laurent, suite 103  
NICOLET • 1525, Boul. Louis-Fréchette  
SHAWINIGAN-SUD • 2890, 5<sup>e</sup> Avenue  
TROIS-RIVIÈRES • 2, Des Ormeaux, suite 500

**819 909-6196**

**CLINIQUEDUPIEDEEQUILIBRE.COM 1 877 785-7433**

## La Clinique du pied Équilibre

# Le plus grand réseau d'orthésistes au Québec s'installe aux 4 coins de la Mauricie

C'est avec fierté que la **Clinique du pied Équilibre**, le leader au Québec en orthèses plantaires, annonce l'ouverture de cinq points de service en Mauricie soit, à **Trois-Rivières (secteur Cap-de-la-Madeleine), Nicolet, Louiseville, Shawinigan (Shawinigan-Sud) et La Tuque**. Le plus grand réseau d'orthésistes au Québec qui regroupe déjà près de 70 points de service sur le territoire québécois, a confié la gestion de ses succursales mauriciennes à madame Nancy Paquin, orthésiste originaire de Trois-Rivières comptant près de 25 ans d'expérience.

«*Nous souhaitons nous installer en Mauricie depuis fort longtemps, mais nous n'avons pas encore trouvé la bonne personne pour servir notre clientèle à la hauteur de nos standards. Lorsque l'occasion de travailler avec une orthésiste reconnue et compétente comme Nancy Paquin s'est présentée, nous avons décidé d'aller de l'avant*», explique le Vice-Président de l'entreprise, Frédéric Petit.

Reconnue pour sa technologie de pointe unique, la **Clinique du pied Équilibre** utilise un système de tapis-capteur qui répartit «activement» les points d'appui sous les pieds et fournit une empreinte numérique 3-D de ceux-ci. De plus, la fabrication des orthèses est entièrement réalisée par fraisage numérique, ce qui augmente considérablement la précision, le confort et l'efficacité.

### La Clinique du pied Équilibre

Fondée en 1998 à Sillery, la Clinique du pied Équilibre a aujourd'hui son siège social à Sainte-Foy et compte plus de 35 employés dont près d'une vingtaine d'orthésistes. L'entreprise qui propose ses services dans plus de 70 cliniques médicales à travers le Québec n'a cessé de croître et de perfectionner ses technologies. Si bien qu'elle est devenue aujourd'hui chef de file incontestée de



**Nous apercevons ci-dessus Marcel Bouchard Porte-parole et client de la Clinique du pied Équilibre en compagnie de Nancy Paquin, orthésiste-prothésiste et gestionnaire des succursales mauriciennes de la Clinique du pied Équilibre.**

son domaine d'expertise, notamment grâce à l'usage exclusif de la technologie Expert-Fit, utilisant un logiciel qui permet l'évaluation et la prise d'empreinte 3-D de vos pieds. À ce jour, cette technologie demeure insurpassée, car elle permet une réingénierie active des points d'appui sous le pied, ce qui permet de réaliser des orthèses plantaires d'une précision inégalée.

### Correction de différents problèmes biomécaniques

Spécialisée dans la conception et la fabrication d'orthèses plantaires sur

mesure, La Clinique du pied Équilibre combine expertise, professionnalisme et technologie de pointe afin de corriger différents problèmes biomécaniques liés à la marche, à la course ou à la posture.

Lors de votre visite initiale, un orthésiste procédera à l'évaluation de vos besoins en vous questionnant sur les différentes raisons qui vous ont emmené à consulter. Ce questionnaire permet à l'orthésiste de récolter un maximum d'informations qui seront nécessaires pour la conception et la personnalisation de vos orthèses plantaires. La connaissance de votre condition et de vos besoins est

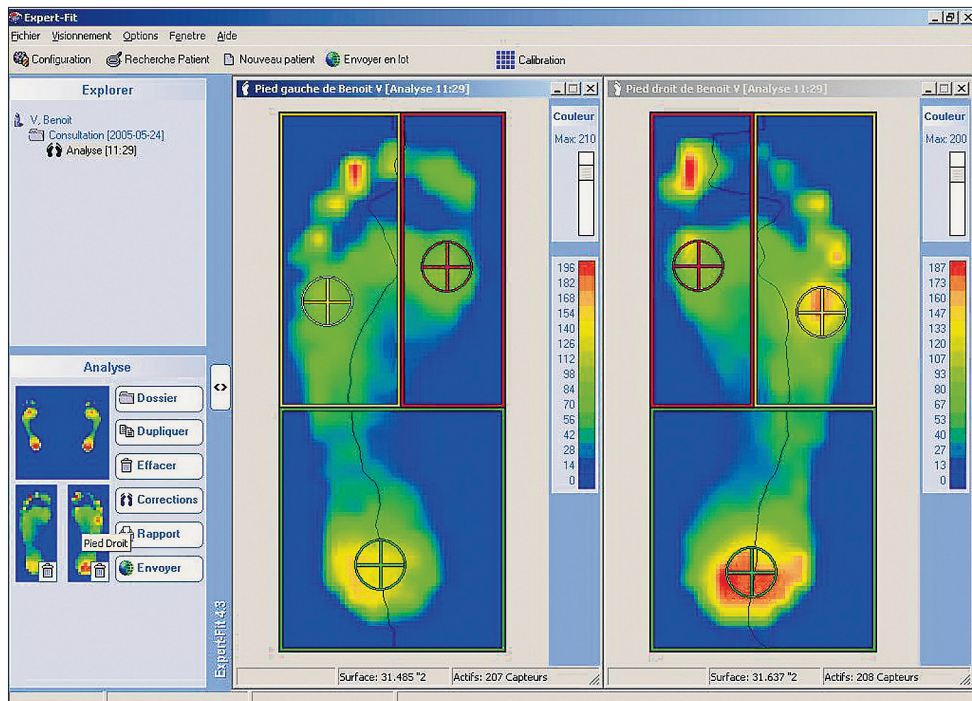
donc essentielle.

Par la suite, l'orthésiste fera une analyse de posture et procédera à l'examen de vos pieds et de vos chevilles comprenant la palpation et la mobilisation articulaire. Il examinera l'apparence de la peau et des ongles de vos pieds. Il prendra note, s'il y a lieu, des anomalies physiques, des limitations fonctionnelles, des problèmes d'insuffisance veineuse ou de la présence d'œdème.

Par la suite, l'orthésiste procédera au moulage 3D numérique de vos pieds afin d'en arriver à la conception de vos orthèses plantaires. Ces dernières, fabriquées directement dans les laboratoires de la Clinique du pied Équilibre, contribueront au soulagement et à la prévention des maux de pieds, de genoux, de hanches ou de dos et ultimement à votre bien-être.

Pour une **évaluation gratuite** de votre état, n'hésitez pas à prendre rendez-vous dès maintenant en composant le **1 877 785-7433** ou en vous rendant sur le site Internet de la clinique à [www.cliniquedupiedequilibre.com](http://www.cliniquedupiedequilibre.com)

**Les 30 premières personnes à se présenter à la Clinique du pied Équilibre de Trois-Rivières avec cet article en main recevront une paire de billets pour la conférence «Le mouvement c'est la vie» de Marcel Bouchard, à la Maison de la Culture de Trois-Rivières (salle Anais Allard-Rousseau) le 20 mars à 20h.**



**Le logiciel Expert-Fit «Clinique» permet l'évaluation et la prise d'empreinte en 3D de vos pieds. Cette technologie permet une prise d'empreinte parfaite.**



**Que ce soit pour vos chaussures de toilette, de course, bottes de ski ou talons hauts, notre technologie vous assurera confort et efficacité biomécanique.**

## Les cliniques Orthésium Une référence dans l'industrie

Les cliniques Orthésium est une entreprise rayonnante et énergique. La passion de ses dirigeants et le dynamisme de tous les membres de l'équipe font en sorte que la qualité des produits et services offerts est une référence dans l'industrie.

Nos orthésistes diplômés suivent des formations régulièrement afin d'être en mesure de vous offrir un service optimal et personnalisé.

Près de chez vous, se trouvent deux cliniques offrant des produits de qualité supérieure. Les cliniques de Trois-Rivières et de Shawinigan vous impressionneront par la compétence de leur équipe et leur service. En plus des orthèses sur mesure, vous pourrez y retrouver des accessoires de convalescence

et d'aide à la mobilité. Les orthésistes sur place sont également formés pour vous conseiller sur les bas de compression.

N'hésitez pas à contacter nos orthésistes : **Gabrielle Kirouac-Bernier** à Trois-Rivières et **Amélie Nolin** à Shawinigan. Elles se feront un plaisir de répondre à vos questions.

Les cliniques Orthésium offrent une gamme de services des plus complètes dont : évaluation biomécanique, orthèses plantaires, orthèses du genou, vêtements compressifs médicaux, orthèses de poignet, chevillère ainsi que aide à la vie quotidienne et à la mobilité. Les cliniques Orthésium proposent enfin une évaluation gratuite, de plus, aucuns frais ne sont exigés lors de l'ouverture de dossier.



### Capsule informative de la Clinique podiatrique Sébastien Milot

## Qu'est-ce qu'un ongle incarné ?

Un ongle incarné se forme lorsqu'une partie de l'ongle existant irrite la peau du sillon de l'ongle, créant ainsi un plaie.

#### Symptômes

Les premiers signes sont une rougeur et une douleur au niveau du sillon où s'est formé l'ongle incarné. Cette douleur peut être amplifiée par un soulier trop grands, trop petits ou à talons. Plus il progresse, plus la rougeur et la douleur s'intensifient, jusqu'à éprouver des douleurs par simple frottement des draps du lit. Si aucun traitement n'est prodigué, la peau peu s'infecter et créer une masse rouge et sensible que l'on nomme granulome.

#### Évaluation

On doit d'abord évaluer l'ampleur du problème, la présence d'infection ou de granulome. Ensuite, la forme de l'ongle est importante. En effet, les ongles plats ou les ongles très courbés ne possè-

dent pas le même pronostic.

#### Traitements

Le traitement dépendra de l'évaluation et des besoins du patient. Généralement, un ongle incarné à forme plate et non infecté peut nécessiter qu'une coupe un angle pour dégager la partie incarnée. Cependant, dans le cas d'ongles incarnés récurrent, très courbés ou infecté, une chirurgie peut être envisagée. Cette chirurgie se nomme une matricectomie. C'est-à-dire qu'on coupe une partie de l'ongle en éliminant la racine de l'ongle correspondante de façon permanente. Ainsi, le traitement épargne la partie d'ongle qui n'est pas incarnée règle le problème à long terme.

#### Pour plus d'information :

**Clinique podiatrique Sébastien Milot**  
4825 boul. des Forges, bureau 202  
Trois-Rivières, QC - G8Y 4Z3  
819 841-1456  
[podiatre.synmedia.ca](http://podiatre.synmedia.ca)

## Les Cliniques ORTHESIUM

LABORATOIRE D'ORTHÈSES-PROTHÈSES

- Évaluation biomécanique
- Orthèses plantaires
- Orthèses de genou
- Bas de compression
- Orthèses de poignet
- Chevillères
- Aides à la mobilité

Orthésistes sur place pour vous servir !

Évaluation  
GRATUITE

AUCUNS FRAIS  
D'OUVERTURE  
DE DOSSIER

845, boul. des Récollets  
bureau 103, Trois-Rivières

**819 374-4010**

2484, rue Saint-Marc  
Shawinigan

**819 537-4010**

2814731

## 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

4825, boul. des Forges, Trois-Rivières  
**819 841-1456**

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

2821724



## Du 20 au 25 février C'est la Semaine de la Santé des Pieds

La Semaine de la santé des pieds a lieu cette année du 20 au 25 février dans tous les laboratoires participants, membres corporatifs de l'Association des Orthésistes et prothésistes du Québec (L'AOPQ).

Les orthésistes, membres exclusifs de l'AOPQ partout au Québec et au Nouveau-Brunswick, évalueront la condition biomécanique du patient, entre autres, les problématiques d'appuis des pieds au sol, les limitations des mouvements articulaires, le déplacement et le positionnement des structures en statique et au cycle de la marche ainsi que la présence de perte de sensibilité. Le tout dans le but d'émettre ses recommandations.

Cette évaluation biomécanique est offerte dans tous les laboratoires participants, membres de l'AOPQ, exclusivement pendant la Semaine nationale de la santé des Pieds. L'orthésiste travaille conjointement avec le médecin traitant et sous ordonnance médicale.

La santé des pieds est importante! Consultez un orthésiste, membre de l'Association des Orthésistes et des Prothésistes du Québec. Ces spécialistes sont présents partout au Québec et au Nouveau-Brunswick.

Pour connaître l'orthésiste du pied membre de l'AOPQ le plus près de chez vous, communiquez au 1 888 323-8834 ou consultez le site web : [www.aopq.ca](http://www.aopq.ca), dans l'Espace **PUBLIC**, rubrique «Où trouver les membres».

Source : AOPQ

## 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

**5\$** de rabais sur  
un soin initial

Sur présentation de ce coupon.  
Valable jusqu'au 31 mars 2012

2822514



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

## 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 coussinée avec un renfort arrière rigide et qui se plie à la base des orteils. La rigidité de la chaussure stabilisera votre pied lors de la marche et permettra d'éviter des entorses de chevilles ou des fasciites plantaires. Tenez-



vous loin des chaussures ultras 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.

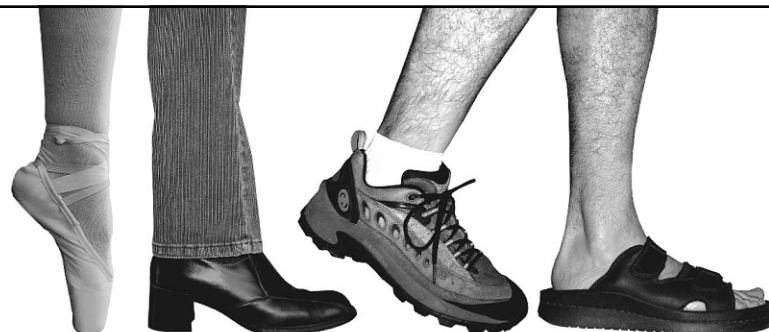
Bon magasinage et surtout bonne marche!

Source :

Marie-Christine Bergeron

et Gabrielle L'Écuyer Lapierre

Internes à la clinique podiatrique de l'UQTR



## SOULAGEZ VOS PIEDS

### TRAITEMENTS

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

### SERVICES

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

Rabais de

**50%**

applicable à une  
première consultation  
(traitement en sus)

Valable du 20 février au 23 mars 2012

Mentionnez cette offre lors de la prise de rendez-vous en téléphonant au : 819 376-5104

clinique  podiatrique

de l'Université du Québec à Trois-Rivières



Université du Québec  
à Trois-Rivières

[www.uqtr.ca/clinique.podiatrique](http://www.uqtr.ca/clinique.podiatrique)

Le podiatre est à vos pieds,  
ce que l'optométriste est à vos yeux et le dentiste à vos dents...

## Alors, qui consulterez-vous pour la santé de vos pieds ?

Êtes-vous de ceux qui trouvent leurs pieds laids, malodorants, gênants ou sans intérêt ? Et vous vous dites : pourquoi consulter un podiatre, quand ces derniers ne me font pas souffrir ?

N'oubliez pas que vos pieds sont les premiers à se lever et les derniers à se coucher. Ils sont excessivement sollicités, vous portent au travail, dans vos loisirs. Ils sont votre moyen de transport, votre équilibre, un «équipement» de sport, les fondations de votre corps. Ainsi, la journée où ils ne sont plus capables de vous supporter... c'est toute votre qualité de vie qui s'effondre !

En cette Semaine de santé des pieds, c'est le temps d'en prendre soin...

### La clinique

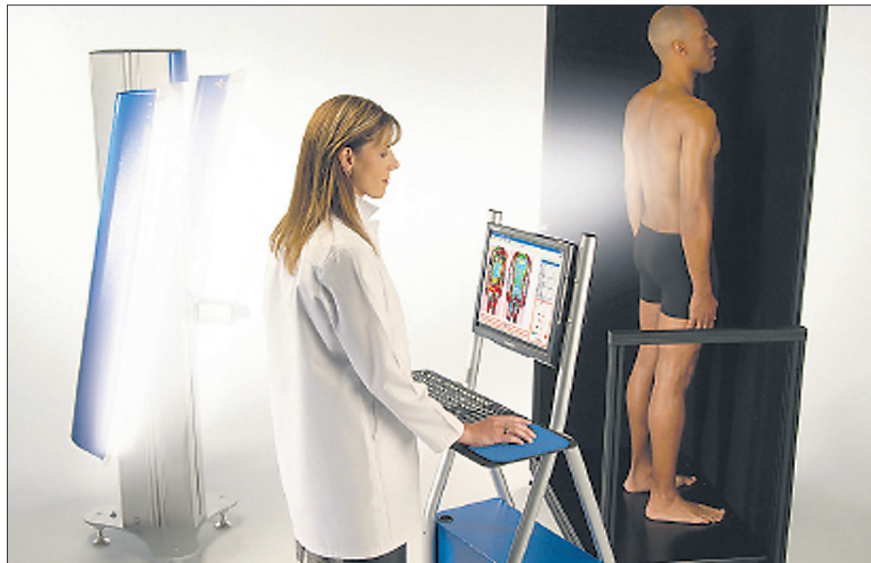
La clinique a évalué près de 15 000 patients depuis 1996, du nouveau né de 2 semaines au patient âgé de 103 ans. Les docteurs **Philippe Legaré** et **Nathalie Barbeau**, podiatres, ont à cœur de vous offrir des services de haute qualité. Parmi ceux-ci, nous retrouvons l'utilisation d'équipements de pointe tels qu'un système de radiographie numérique (qui permet de réduire de 4 fois l'exposition aux rayons x), un système d'analyse posturale par imagerie, le laser (HE, NE-IR) (traitement de diverses inflammations), un système de stérilisation contrôlé, un laboratoire d'orthèses sur place ainsi que des bains.

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 la correction pourra alors devenir permanente avec la croissance. Si vous remarquez 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 indiqué.

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

### Orthèses plantaires Cryos

Pour qu'une orthèse soit vraiment efficace, elle doit être portée de façon régulière. La Clinique prescrit donc l'orthèse Cryos (fabriqué au Québec) qui offre de



Le système d'analyse posturale par imagerie BioVizion permet de mieux comprendre et voir les résultats.

multiples avantages comparativement à l'orthèse conventionnelle. Dynamique et polyvalente, elle peut s'insérer dans presque tous les types de souliers (ville, sports, talons hauts, patins, etc.), il est donc plus facile de porter ses orthèses, ce qui optimise l'efficacité du traitement.



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

Selon le problème à corriger, l'orthèse Cryos peut procurer davantage de flexibilité ou de rigidité. Elle assure une

meilleure absorption de chocs, elle ne bloque pas le mouvement naturel du pied, mais le guide plutôt afin de maximiser son efficacité.

### BioVizion – Système d'analyse posturale par imagerie

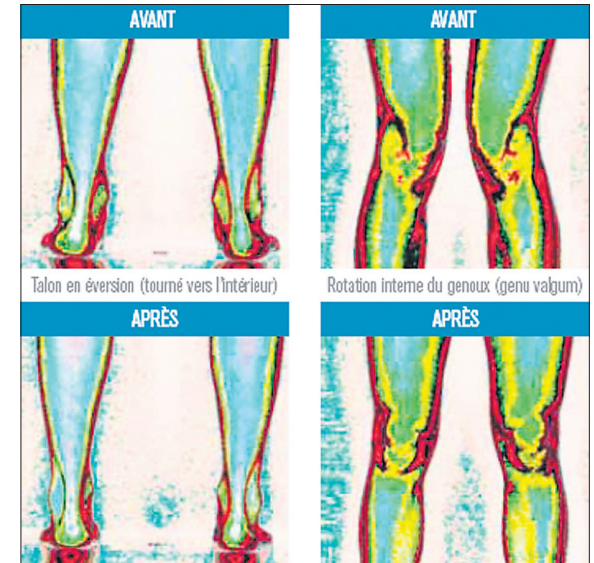
La posture étant un aspect physique assez abstrait, il est difficile pour les patients d'en concevoir les problèmes. Un outil de mesure novateur, développé ici-même au Québec, permet aujourd'hui d'évaluer, d'analyser, de mieux comprendre et de visualiser clairement les problèmes posturaux : le BioVizion<sup>1</sup>. Il s'agit d'un système d'imagerie non invasif assisté par ordinateur qui capte le reflet de la lumière sur le corps et met en évidence les variations occasionnées par diverses pathologies, souvent liées à un mauvais alignement biomécanique des pieds. Fournissant des données qualitatives et quantitatives pour mesurer efficacement, autant l'état initial du patient que l'évolution en cours de traitement, cette technologie assure un suivi concret et personnalisé afin d'atteindre les objectifs thérapeutiques fixés. L'efficacité de du BioVizion a d'ailleurs été démontrée scientifiquement, dans le cadre d'une étude publiée en octobre 2008 dans le «Journal of Foot and Ankle Surgery».

### Cas clinique

Gilles travaille en tant que commis de plancher dans votre supermarché préféré. Depuis quelques mois, il a de la difficulté à terminer ses journées à cause de ses douleurs au talon. Les premiers pas le matin sont très douloureux et après un repos bien mérité, voilà que ses douleurs reprennent de plus belle. Excédé, il décide de se présenter à notre clinique. Voici comment les choses se sont déroulées :

1) Examen clinique de sa condition avec radiographie numérique permettant d'établir le diagnostic d'Épine de Lenoir.

2) Examen biomécanique, imagerie BioVizion et analyse de la démarche. Le diagnostic : affaiblissement des arches plantaires qui entraîne l'étirement du fascia plantaire causant la douleur au talon.



3) Traitements à la clinique. Si la biomécanique est légèrement déficiente ou normale, le traitement pourrait consister à faire du laser HeNe, des thérapies manuelles (ART ou MPI) ou des tapings. Si la biomécanique est déficiente, il se peut qu'un traitement par orthèses plantaires soit recommandé. Dans les cas extrêmes, l'infiltration du talon à la cortisone pourrait être prodiguée.

4) Recommandations pour la maison. Le premier traitement consiste à mettre de la glace, faire des étirements et prendre les anti-inflammatoires prescrits par votre podiatre, si votre santé vous le permet.

Alors pour tout ce qui concerne 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.

<sup>1</sup> Disponible en exclusivité en Mauricie, à la Clinique podiatrice Legaré & Barbeau.

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

**3675, rue  
Chanoine-Moreau  
Trois-Rivières  
819 693-9393  
www.clinique  
podiatrice.com**

## Podiatre ou orthésiste ?

Le podiatre est autorisé par la loi à évaluer les conditions pathologiques du patient, poser un diagnostic et élaborer un plan de traitement (médical, mécanique (orthèses), pharmaceutique, chirurgical) comprenant des suivis rigoureux. Il est habilité à faire des radiographies, prescrire des médicaments et des orthèses sur mesure. Pour pratiquer, le podiatre doit détenir un doctorat de premier cycle totalisant 4 083 heures de formation universitaire et être membre de l'Ordre des podiatres du Québec, dédié à la protection du public.

Pour plus d'informations : [www.ordredespodiatres.qc.ca](http://www.ordredespodiatres.qc.ca)

L'orthésiste/prothésiste détient une formation collégiale technique de 2 715 heures, lui permettant de fabriquer et concevoir les orthèses sur mesure, suite à une prescription détaillée du médecin. Selon la loi, il n'est pas autorisé à diagnostiquer ou à prescrire des traitements. En tout temps, le médecin prescripteur demeure responsable du traitement et du suivi.

Pour plus d'informations : [www.aopq.ca](http://www.aopq.ca)

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
- Podopédiatrie (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**

## La Clinique podiatrique Geneviève Champagne La seule clinique de podiatrie à Shawinigan



La Clinique podiatrique Geneviève Champagne est ouverte depuis juillet 2010. La mission consiste à offrir, à une clientèle de tous les âges, des évaluations, des diagnostics et des traitements spécifiques à chaque pathologie, sans jamais oublier le confort du patient.

### Les orthèses plantaires

Le podiatre évalue la posture globale et la mobilité des articulations des jambes et des pieds autant chez les enfants que chez les adultes. Suite à un examen très spécifique, le podiatre émet un diagnostic et traite de façon adéquate selon chaque problème. Des orthèses plantaires seront prescrites seulement si c'est nécessaire.

Dans les cas de douleurs, le podiatre vous expliquera la cause du problème, les traitements ainsi que les moyens de prévenir la récurrence.

### Pourquoi devriez-vous consulter un podiatre ? Parce que vous souffrez...

- de douleur au talon
- de douleur aux chevilles
- de douleur aux genoux

- de douleur au dos
- pieds plats = arches très affaissées
- pieds creux = arches très prononcées
- d'oignon
- d'orteils marteaux

### L'évaluation est toute aussi importante chez l'enfant qui...

- marche les pieds vers l'intérieur
- n'a pas de tolérance à la marche
- présente des douleurs aux jambes
- déforme ses chaussures

### Le but des orthèses plantaires :

- guérir les douleurs
  - contrôler les mouvements excessifs des pieds (guider les pieds dans une bonne direction)
  - stabiliser les chevilles, les genoux et les hanches
  - prévenir les déformations (oignons, orteils marteaux...)
  - rééquilibrer les points d'appui
- Le podiatre dispose de la formation requise pour être le spécialiste de la santé de vos pieds !

## Le pied en quelques chiffres

- L'ennemi numéro 1 de la santé des pieds... la négligence.
- Un pied est composé de : 5 orteils, 19 muscles, 26 os, 60 ligaments.
- Chaque année, chacun de nous franchit en marchant,

- une distance équivalente aux 3 000 kilomètres qui séparent Québec de Regina, en Saskatchewan.
- Une personne pesant 135 livres (61,36 kilos) et accumulant 18 908 pas en moyenne

- par jour, imposera à ses pieds une pression cumulative quotidienne de plus de 2,5 millions de livres.
- Aux États-Unis, 20 % des hommes et 45 % des femmes reconnaissent que leurs souliers leur font mal, mais qu'ils les portent quand même pour respecter la mode.

- 60 % à 70 % des problèmes de pied découlent de l'hérédité.
- Nos pieds et toute la charpente de notre corps reposent sur trois points d'appui.
- 80 % de la population de plus de 60 ans éprouve des problèmes de pied.
- Il existe 5 différents types de pied.



### La seule clinique podiatrique à Shawinigan



**Geneviève Champagne**  
Docteure en médecine podiatrique



- Évaluation de la position des pieds (ex. : pieds plats, pieds creux...) chez l'enfant et l'adulte
- Prescription d'orthèses plantaires sur mesure
- Traitement des problèmes de peau et d'ongles :
  - verrue plantaire
  - cors (œil de perdrix)
  - ongles longs, épais, décolorés, douloureux
  - plaies (ulcères)
- Traitement permanent des ongles incarnés par chirurgie

Aucune référence médicale nécessaire.  
Consultation et soins couverts par la majorité des régimes d'assurance.

1 819 537-0302

1264, 5<sup>e</sup> Avenue • Shawinigan-Sud



## La Clinique podiatrique de Nicolet Pour un service professionnel et une approche personnalisée

Seul podiatre à Nicolet, le Dr Daniel Auger vous offre un service professionnel, dans sa région natale et ceci, depuis

déjà trois ans.

Avec une approche personnalisée dans un décor chaleureux, le Dr Auger reçoit une clientèle de tous âges et ce, sans référence médicale nécessaire au 75, Place du 21 Mars, bureau 201, 819-293-5560.



Clinique podiatrique

819 293-5560

Traitement complet des pieds

Dr Daniel Auger, podiatre

Membre de l'Ordre des Podiatres du Québec

75, place du 21-Mars - bureau 201 • Nicolet

- La gamme des services offerts :**
- Orthèses plantaires sur mesures : sport, travail, stylisée
  - Douleurs aux talons : fasciite plantaire ou épine de lenoir
  - Blessures sportives
  - Maux de dos, genoux, chevilles
  - Chirurgie des ongles incarnés
  - Soins des pieds : cors, callosités, ongles épais, pieds diabétiques
  - Pieds d'athlète
  - Verrues plantaires
  - Hallux valgus (oignons) et orteils marteaux
- Ces soins sont admissibles par la plupart des régimes d'assurance.
- N'attendez plus et consultez votre professionnel de la santé des pieds, le Dr Daniel Auger, podiatre à la Clinique podiatrique de Nicolet.

## De nombreuses affections guettent vos pieds !

Le pied est une structure anatomique complexe, qui supporte le corps, le propulse et s'adapte au sol lors de la marche. De nombreuses affections peuvent cependant l'atteindre, ce qui peut entraîner de la douleur ou une limitation des mouve-



ments. Heureusement, les podiatres sont là pour apporter des solutions.

Parmi les principales affections du pied qui peuvent survenir, on note les verrues plantaires. Celles-ci sont causées par le virus du papillome humain qui pénètre sous la peau aux points de pression ou à la suite d'une blessure au pied. Le podiatre peut venir à bout des verrues plantaires très rapidement grâce à diverses méthodes de traitement.

Les cors et callosités sont fréquents lorsque les gens portent des chaussures mal ajustées. Ils peuvent aussi être dus à une instabilité mécanique du pied, laquelle peut être évaluée par un podiatre. Ce dernier peut traiter de manière sécuritaire et stérile les cors et callosités, procédé qu'il n'est pas recommandé de faire soi-même à la maison.

Les ongles incarnés, les mycoses, le pied d'athlète, l'oignon et l'orteil marteau font aussi partie de la liste de problèmes qui peuvent être traités par les podiatres. Finalement, la fasciite plantaire, aussi appelée « syndrome de l'épine de Lenoir », amène bon nombre de personnes à consulter chaque année.

Quel que soit le problème qui affecte vos pieds, les podiatres pourront vous guider vers les meilleurs traitements.

## Capsule santé 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.

suivant, tout est à reprendre. Dr Jacob applique depuis maintenant 15 années, une méthode rapide, efficace, sans douleur et sans récurrence à 99 %. À la suite d'une chirurgie mineure, les sportifs ou les gens actifs peuvent aisément continuer de pratiquer leur activité. Le Dr Yvan Jacob 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.

[www.podiatreyvanjacob.com](http://www.podiatreyvanjacob.com)

### Clinique podiatrice Dr Yvan Jacob

**URGENCE  
ACCEPTÉE**

- ORTHÈSES PLANTAIRES, prescription, conception et correction.
- ONGLES INCARNÉS, chirurgie sans douleur
- ULCÈRE, VERRUE, CORNE, CALLOSITÉ (CORS)
- ÉPINE DE LENOIR, FASCIITE PLANTAIRE
- OEIL DE PERDRIX, ORTEIL MARTEAU
- DOULEUR CHEVILLE, TALON, GENOU
- INFILTRATION CORTISONE
- SOINS POUR DIABÉTIQUES

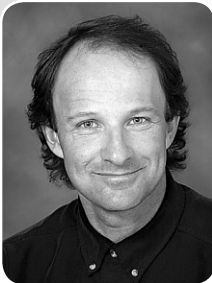
\*Assurances acceptées

\*Consultez directement le podiatre, sans référence médicale.

17 années d'expérience pour bien vous conseiller

[www.podiatreyvanjacob.com](http://www.podiatreyvanjacob.com)

POLYCLINIQUE DU CAP, 700, boul. Thibeau, Trois-Rivières • 819 370-6468



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

## Avec A.V.O. Pieds Vos pieds sont aux petits soins

Si la santé de vos pieds importe pour vous, Mme Diane Riopel-Pellerin, hygiéniste en soins des pieds, vous offre une gamme complète de soins qui vous apportera soulagement et détente.

Bénéficiant d'une formation de pointe en soins des pieds ainsi qu'en réflexologie, Mme Riopel-Pellerin sait joindre ces deux disciplines afin de vous faire profiter d'un programme de soins à la fois complet et réconfortant.



### 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 relaxant, et favorisant la circulation sanguine, cette portion du traitement est grandement appréciée, peu importe l'âge de la clientèle. Par exemple, les plus jeunes (surtout entre 25 et 35 ans) n'hésitent pas à venir régulièrement justement pour profiter de ses massages de réflexologie.

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

### En clinique et à domicile

La clinique de Mme Riopel-Pellerin est située au 680, Chemin des Loisirs à Saint-Élie (819-221-5286). C'est également ici que vous trouverez l'excellente gamme des produits allemands de marque GEHWOL. Spécialement conçus pour le soin des pieds, ces derniers sont réalisés à base d'extraits de plantes, et ne sont pas disponibles en pharmacie.

En plus d'offrir ses soins en clinique, 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. Par ailleurs, certains parcourent même de longues distances dans le seul but de bénéficier des soins de Mme Riopel-Pellerin, dont la réputation dépasse largement les frontières de la région. Une telle notoriété en dit long sur le savoir-faire de cette spécialiste hors du commun.

✓ 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

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 lavables en gel.**

## 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 Saint-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. N'hésitez pas à contacter ces



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

professionnels à votre service, au 3000, boulevard Saint-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'exposition de 10 000 pi<sup>2</sup>, 12 000 pi<sup>2</sup> 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.

**En Mauricie,  
Savard Ortho Confort  
est situé au  
3000, boul. Saint-Jean  
Trois-Rivières  
819 376-5383/888 833-6381**

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?

Venez rencontrer un de nos  
**orthésistes**

[ orthèses plantaires / chaussures / orthèses sportives ]



Orthèses de qualité

Venez nous rencontrer pour le choix de vos **orthèses plantaires**. Nous offrons une **technologie de moulage direct sous le pied** et des produits de confort pour toute la famille !

- **Orthèses délicates** pour vos souliers fins.
- Prescriptions acceptées de tous les **médecins** et **podiatres**.
- **Consultations gratuites** pour vos orthèses plantaires.
- Deuxième paire d'orthèses à **prix réduit**.\*

**GARANTIE DE SATISFACTION DE 6 MOIS SUR LES ORTHÈSES OU REMBOURSEMENT\***

**Savard**  
ORTHO • CONFORT

Complice de votre mieux-être  
depuis 39 ans!

Trois-Rivières /// 3000, boul. Saint-Jean  
819 376-5383

Drummondville /// 819 473-4381

Lévis /// 418 833-6381

Montréal /// 514 521-6161

Québec /// 418 681-6381

Rivière-du-Loup /// 418 863-6381

[savard.qc.ca](http://savard.qc.ca)



## La douleur aux pieds Quelles en sont les causes ?

Surplus de pression et de frottement dans les chaussures. Les chaussures trop étroites ou à talons trop hauts, la station debout prolongée (travail debout), l'obésité et les activités physiques intenses favorisent la douleur, l'hallux valgus, la fasciite plantaire, les orverts en marteau ou en griffe.

**Prédispositions familiales.** Les cas de déformation du pied - hallux valgus, pieds creux ou plats - sont souvent héréditaires.

**Diabète.** L'évolution de la maladie peut entraîner une lésion inflammatoire des nerfs (polynévrite) qui provoque une insensibilité au niveau des pieds - d'où les blessures fréquentes aux pieds chez les diabétiques - et des déformations, comme les orverts en marteau ou en griffe et le pied creux. Ces affections s'accompagnent souvent d'une mauvaise circulation sanguine dans les membres inférieurs (orverts bleutés).

**Polyarthrite rhumatoïde.** Il s'agit d'une maladie chronique et évolutive, caractérisée par une inflammation articulaire (surtout aux mains et aux pieds) qui favorise des déformations telles que l'hallux valgus, les orverts en marteau ou en griffe et les pieds plats. Le port de mauvaises chaussures, la station debout prolongée ou les activités physiques intenses aggravent la situation. Outre la douleur (souvent plus forte la nuit), la poly-

arthrite rhumatoïde entraîne rougeur, chaleur et gonflement des articulations ainsi qu'une raideur des pieds au lever.

**Problèmes vasculaires.** Lorsque les vaisseaux vieillissent, le sang circule moins bien. Une coloration bleutée au niveau des orverts et des pieds peut alors survenir.

**Arthrose et ostéoporose.** Ces maladies associées au vieillissement fragilisent le pied, le rendant vulnérable à la douleur et aux fractures.

**Certaines maladies neurologiques.** La maladie de Parkinson peut favoriser les orverts en griffe et les pieds creux en raison de la rigidité des membres, conséquence d'une insuffisance de relâchement de certains muscles lors des mouvements. La sclérose en plaques, en affectant des zones du système nerveux qui contrôlent la douleur et les muscles, risque de causer des douleurs aux pieds et des contractions musculaires involontaires qui rendent la marche difficile. Pour sa part, l'ataxie de Friedreich (dégénérescence héréditaire allant du cervelet jusqu'aux fibres nerveuses contenues dans la moelle épinière) peut entraîner une déformation des pieds (pieds creux).

**Problèmes lombaires ou tension musculaire des mollets.** Ils causent quelquefois des douleurs qui irradient jusqu'aux pieds.  
*Source : AOPQ*

## Les pieds de votre enfant sont-ils en santé ?

Pour se développer normalement et se renforcer, les pieds de l'enfant ont besoin d'un terrain de marche naturel accidenté qui offre de multiples points d'appui. Toutes les surfaces dures et uniformes de nos planchers éliminent ces effets bénéfiques et obligent les pieds à un mouvement répétitif traumatisant. Des déformations permanentes et douloureuses sont souvent causées par les mouvements de compensation.

Vous n'avez qu'à regarder les chaussures de vos enfants : elles témoignent de ces déformations. Bien souvent, des douleurs dites de croissance, des douleurs aux genoux, un manque de résistance à la marche, une instabilité des chevilles sont causées par ces déformations. Lorsqu'il y a usure inégale des chaussures, c'est qu'il existe un déséquilibre des points d'appui du pied.

Aussi, certaines postures adoptées par les enfants peu-



vent engendrer à long terme des problèmes de démarche. Il convient donc de discerner les bonnes postures des mauvaises et de veiller à favoriser les premières.

### Conseils utiles

Vérifiez périodiquement s'il y a des rougeurs sur les pieds de vos jeunes enfants, rougeurs qui pourraient être causées par des bottines mal ajustées. Habituez

vos enfants à garder de bonnes positions lors de ses activités. Évitez les pyjamas et les bas trop courts qui pourraient créer de mauvaises pressions sur son avant-pied. Utilisez aussi des bas de coton pour éviter de générer une chaleur inutile dans la chaussure. Finalement, achetez des chaussures en cuir pour vos enfants afin de permettre une bonne aération de la transpiration.

## Le rôle de l'orthésiste

Pour mieux comprendre le rôle de l'orthésiste, voici une courte description de ses principales fonctions qui lui permettent, notamment, d'ap-

porter une solution à divers problèmes de fonctionnement des pieds.

À l'aide d'une orthèse plantaire ou d'une chaussure orthopédique, il rétablit l'équilibre des appuis du pied et prévient ainsi les douleurs et les déformations tel que callosités (corne), cors, hallux valgus (oignon), etc...

Il conseille et ajuste la chaussure idéale pour toutes les activités courantes de la vie tel que bottines pour bébé, chaussures de sport ou de travail, chaussures pour des problèmes spécifiques tel que pour les cas de diabète, d'arthrite, de pieds sensibles, etc.



# PRIX SPÉCIAL

nouveaux clients

Soin complet des pieds en clinique **38\$\***

seulement  
prix courant 50 \$

\*Offre valable jusqu'au 30 mars 2012

Soins donnés par une infirmière diplômée  
(membre OIIQ et AIIQPQ)

### Autres services en clinique :

prise de sang et analyse urinaire sur prescription médicale

Soin de Santé  
Magali Perego

**819 384-1617**

sur rendez-vous

Secteur  
Pointe-du-Lac

Situé en face du nouvel emplacement de la pharmacie Jean Coutu Santé Beauté

2797635