

Orthopédie

Une **orthèse** est une aide technique destinée à suppléer ou à corriger une fonction déficiente. Elle permet de compenser les limitations ou même accroître le rendement physiologique d'un organe ou d'un membre qui a perdu sa fonction, qui n'est jamais pleinement développé ou qui est atteint d'anomalies congénitales.

Les orthèses s'utilisent en **prévention** (prévention récidive, travailleurs de force), en **traitement curatif** (rhumatologique, neurologie, traumatologique...) ou pour les **soins post opératoires**.

La thérapie fonctionnelle par traitement orthopédique se concentre sur un **retour rapide du patient à ses activités**, non seulement après un traumatisme, mais aussi lors de maladies dégénératives telles que l'arthrose ou l'ostéoporose.

L'orthopédie complète les thérapies chirurgicales, physiques et pharmaceutiques. C'est pourquoi le choix de l'orthèse adéquate est primordial pour l'efficacité du traitement. Votre conseiller Providom saura vous guider vers l'orthèse adaptée : confort, facilité d'utilisation, et fonctionnalités.

Épaule : immobilisation d'épaule, claviculaire ou scapulo-humérale

Luxation de l'épaule, tendinite du coude et de l'épaule, fracture de la clavicule, luxation du coude, fracture de l'omoplate... pour toutes ces indications et d'autres encore, les **orthèses d'immobilisation d'épaule, d'immobilisation claviculaire et d'immobilisation scapulo-humérale** proposent un soutien et sont disponibles en plusieurs tailles.

(HAR)

Rachis cervical : colliers cervicaux

Le **collier cervical** est disponible de la version souple pour le torticolis, à la version rigide en cas d'entorse. Quel que soit le modèle nécessaire, il s'adapte au besoin d'immobilisation plus ou moins relative du rachis cervical. Il existe pour chaque modèle en plusieurs tailles : il est indispensable qu'il s'adapte à la morphologie du patient.

(HAR)



Membre supérieur : coudières, immobilisation poignet-main, immobilisation poignet-pouce

Coudière en prévention d'activité sportive ou en cas de tendinopathie (tennis elbow), orthèses d'immobilisation pour le traitement **des entorses, tendinites, lésions des ligaments du pouce, syndrome du canal carpien, rhizarthrose, polyarthrite rhumatoïde... et traitement post opératoire.**

Providom dispose dans sa gamme d'orthopédie l'orthèse adaptée à la pathologie.

(HAR)



Rachis lombaire : la ceinture lombaire

La **ceinture lombaire** est souvent la plus connue des orthèses.

Lombalgie, mal du siècle.

6 à 7 personnes sur 10 souffriront au moins une fois dans leur vie de lombalgie. Que ce soit pour des raideurs arthrosiques, des épisodes traumatiques aigus à type lumbago, des syndromes inflammatoires à type sciatalgie, des douleurs de type mécanique lors d'efforts importants ou tout simplement du « mal vivre » ; le rachis lombaire a besoin d'être soutenu et protégé.

La ceinture lombaire se décline en plusieurs modèles et tailles : ceinture de soutien abdominal, ceinture lombaire à rappel postural ou non, renforcée ou non, avec bretelles ou non, en plusieurs tailles et coloris.

Un modèle de **ceinture lombaire de maternité** a été spécifiquement étudié pour soulager les **femmes enceintes**. (voir rubrique Maternité p. 84).

(HAR)



Genou : genouillères

Du maintien simple à l'immobilisation complète, la gamme de **genouillères** propose des produits adaptés à chaque besoin : contention du genou, tendinite, entorses, syndrome inflammatoire, genou douloureux, syndrome rotulien, reprise d'activité sportive, instabilité ligamentaire, immobilisation pré et post opératoire...

Les **genouillères** se déclinent vers une immobilisation de plus en plus forte du genou, selon les pathologies, du simple maintien à l'immobilisation complète.

Selon les modèles, votre conseiller Providom peut vous proposer un choix de coloris et d'options (fenêtre ouverte ou fermée sur la rotule, par ex.).

(HAR)



Cheville : chevillières

De la **chevillière** de contention à l'orthèse stabilisatrice de cheville, les **chevillières** sont indiquées en cas d'entorse, reprise d'activité après une immobilisation prolongée, reprise d'activité sportive, dégénérescence arthrosique, traitement post opératoire, laxité chronique...

Elles sont déclinées en plusieurs tailles pour chaque modèle.

(HAR)



Contention

Les bas de contention constituent un traitement de la maladie veineuse dont souffre plus d'un tiers de la population. Or, un patient sur trois ne les porte pas pour des raisons d'inconfort ou par souci esthétique.

Le point sur cette thérapeutique trop souvent négligée.

Les bas de contention diminuent la dilatation veineuse et empêchent le sang de redescendre vers le pied. En effet, en exerçant une pression sur la jambe, ils resserrent les veines dilatées, accélèrent la vitesse du retour veineux, suppriment la douleur, la lourdeur des jambes et ralentissent l'évolution de la pathologie veineuse. La classe de contention sera déterminée en fonction du stade de la maladie.

De nouvelles matières sont employées et d'énormes progrès esthétiques ont été réalisés. Il faut donc prendre le temps d'essayer les bas tranquillement dans le point de vente Providom.

Les fabricants améliorent continuellement la performance et le bien être des bas de contention : réduction de la transpiration, propriétés antibactériennes et antiallergiques, ... Tout en respectant les exigences médicales de contention, les fabricants créent des produits d'un haut degré de technicité.

La prise de mesure effectuée par le professionnel est primordiale, afin que le bas soit tout à fait adapté aux mesures du patient.

Les produits sont déclinés en collants, bas-cuisse et bas-jarret.



Selon les modèles, les collants sont dotés d'une culotte avec effet push up.
(MEDI)



Les bas-cuisse sont autofixants, d'une tenue optimale avec un raffinement dans les finitions (contour dentelle).
(MEDI)



Les bas jarrets sont autofixants, avec des bords confortables, et dépourvus de plis.
(MEDI)



Pour les personnes préférant des produits qui laissent le pied ouvert, une gamme est déclinée en ce sens.
(MEDI)



Une gamme spécifique pour homme est disponible, la dentelle étant remplacée par une bande autofixante à picots sur la surface intérieure, discrète et adaptée.
(MEDI)

Enfiler les bas est parfois compliqué. Voici 4 astuces permettant de se simplifier cette étape :

- Avant d'enfiler le bas, **être allongé**, jambes surélevées pendant au moins 10 minutes. Idéalement, placer les bas près du lit le soir, pour les enfiler le matin avant de se lever.
- **Porter des gants** (coton ou caoutchouc) : ils évitent d'endommager le bas avec ongles ou bijoux et facilitent l'enfilage.
- **Ne pas tirer sur le bas** : cela le déforme et empêche qu'il soit bien placé. Le bas est fait à vos mesures, il est important qu'il ne soit pas déformé.
- **Suivre la technique d'enfilage suivante** :
 1. Retourner entièrement le bas (face interne à l'extérieur)
 2. Enfiler le pied jusqu'au talon.
 3. Au niveau des orteils, saisir avec les deux mains la partie double et enfiler jusqu'à la cheville.
 4. S'assurer que le pied est mis correctement et qu'il n'y a pas de faux plis qui couperaient la circulation.
 5. Dérouler le reste du bas sans tirer dessus par le haut.
 6. Vérifier qu'il n'y a pas de faux plis.



Enfile-bas de contention

Le guide maintient le pied dans la bonne position tandis que la personne tire sur les poignées sans efforts. D'assemblage facile, l'ensemble se transporte et s'emmène en voyage.

(KIN)

Point conseil

Afin de mieux faire adhérer le silicone (moins collant suite à l'application d'une crème ou à un résidu de lessive), penser à passer dessus un tampon d'alcool.

