

## 1. LES SOINS

---

- ❖ Ce sont des traitements préventifs et/ou curatifs adaptés aux différentes affections de la peau telles que les cors, durillons,...
- ❖ Ce sont également des traitements visant une amélioration des différentes affections au niveau des ongles telles que ongles incarnés, mycoses, onychogryphoses,...
- ❖ Pour ce faire, le podologue utilise divers instruments (pinces, micromoteur, excavateur, gouge, bistouri,...)

**LE PODOLOGUE ASSURE AU PATIENT UNE HYGIENE MAXIMALE EN RESPECTANT LES REGLES ESSENTIELLES D'ASEPTIE, ENTRE AUTRE EN STERILISANT TOUS SES INSTRUMENTS APRES CHAQUE SOIN. N'HESITEZ PAS A DEMANDER DES INFORMATIONS SUPPLEMENTAIRES !**

---

Quelques conseils :

- ❖ Séchez-vous correctement les pieds après la douche, le bain, la piscine,... et ceci spécialement entre les orteils afin d'éviter toute macération et la possibilité d'apparition de mycoses.
- ❖ Alternez différentes paires de chaussures durant la semaine afin de leur laisser le temps d'aérer et de sécher.
- ❖ Changer de chaussettes (en coton de préférence) tous les jours.
- ❖ Dans le cas de durillons, évitez de couper voire d'arracher l'excès de peau au risque d'entraîner des complications ultérieures. Ceci concerne d'avantage les **personnes diabétiques** atteintes d'une perte de sensibilité au niveau des extrémités.

---

Dans tous les cas n'attendez pas la dernière minute pour consulter.

---

## 2. LES ORTHOPLASTIES

---

- ❖ Sorte de contention, réalisée en silicone, permettant une protection et ou une correction de diverses déformations de l'avant-pied telle que hallux valgus, griffes d'orteils,...
- ❖ Les orthoplasties permettent par exemple de supprimer un appui douloureux, réduire une déformation ou diminuer un conflit de frottement entre différents orteils respectivement entre un ou plusieurs orteils et la chaussure.
- ❖ Dans certains cas, les orthoplasties peuvent être complémentaires à une semelle fonctionnelle.



---

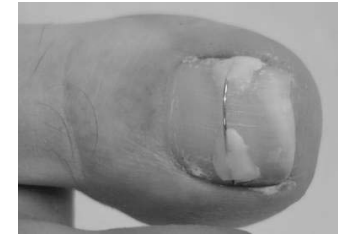
**LE PORT D'UNE ORTHOPLASTIE N'ENTRAINE AUCUNE RESTRICTION DE CHAUSSAGE**

---

## 3. LES ORTHONYXIES

---

- ❖ Technique qui consiste à placer un fil correcteur sur des ongles dont la courbure exagérée peut entraîner la formation d'ongles incarnés.
- ❖ L'effet de traction sur les bords de l'ongle guide de manière indolore et permanente la repousse de celui-ci.



## 4. LES ONYCHOPLASTIES

---

Technique permettant au moyen d'une résine acrylique ou halogène (comme celle utilisée en dentisterie) une reconstitution partielle ou totale d'un ongle.

### CONSEILS DE CHAUSSAGE :

- ❖ Un chaussage adapté permet une meilleure protection et un maintien efficace du pied.
- ❖ Une bonne chaussure doit répondre à 4 critères impératifs : amortissement, mobilité, stabilité et confort.
- ❖ Essayer d'acheter vos chaussures en fin de journée, les pieds augmentant toujours un peu de volume à ce moment.
- ❖ Lors de l'achat, n'hésitez pas à essayer les chaussures tout en parcourant quelques mètres dans le magasin.
- ❖ Laissez-vous conseiller et posez des questions aux vendeurs. Ils sont là pour cela.
- ❖ Choisissez une chaussure adaptée à votre sport, morphologie et pathologie.
- ❖ Pensez à surveiller de temps en temps l'usure de vos chaussures.

# LA PODOLOGIE - PODOTHÉRAPIE

**Les soins**

## **DEROULEMENT DE LA CONSULTATION :**

- ❖ La consultation commence par une anamnèse qui nous renseigne sur les motifs de la visite, les antécédents, les activités pratiquées, la façon de se chauffer,....
- ❖ Observation des pieds : examen de la peau, des ongles et de déformations ostéo-articulaires éventuelles.
- ❖ Apportez 1 ou 2 paires de chaussures que vous portez régulièrement.

**POUR PLUS D'INFORMATIONS,  
VEUILLEZ CONSULTER :**



**CABINET DE PODOLOGIE  
MARC THIEFELS  
87, Route de Longwy  
Résidence LE PARIS Bloc C  
L-8080 Bertrange  
Tél. 26 38 30 01**

