



Orthèses tibiales

*Programme des aides techniques
Ce dépliant s'adresse au jeune
et à sa famille*

Coût et responsabilités

Les orthèses tibiales sont dispendieuses. Elles sont payées par la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ) et garanties pour une période de six mois suivant la réception. Le programme des aides techniques du CRME se doit de prendre en charge tout ajustement ou réparation durant cette période de garantie. En ce sens, si vous choisissez de faire affaire avec un autre laboratoire durant cette période, des frais pourraient être applicables ou le laboratoire pourrait refuser d'effectuer le travail.

Aussi, lors de négligence dans l'utilisation des orthèses (incluant la perte ou le vol), les frais de remplacement doivent être assumés par le client.

Type d'orthèses prescrites par le médecin :

- Fixes Articulées Courtes

Port :

- Jour Nuit Planche à station debout

Orthèse(s) livrée(s) le : _____

Orthésiste : _____

Notes personnelles

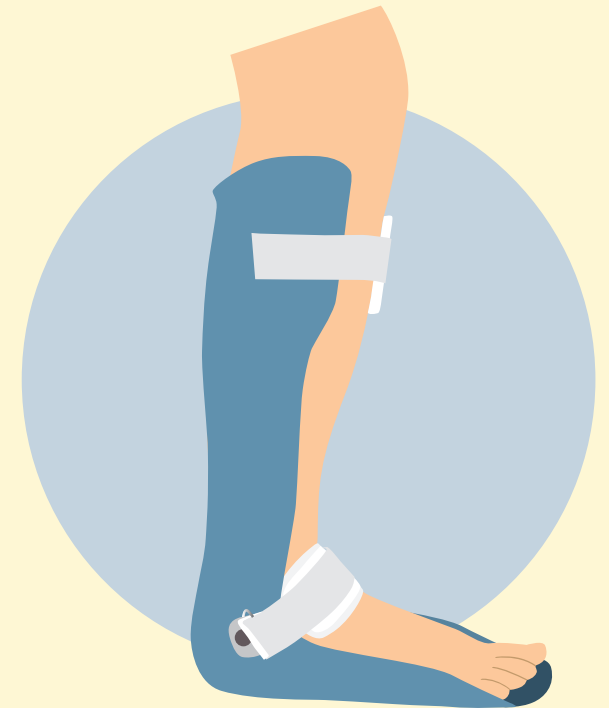
Vous avez des questions ou vous avez besoin d'un rendez-vous ? Communiquer avec le secrétariat du programme des aides techniques :

CRME • Tél. : 514 374-1710, poste 8022

CHU Sainte-Justine • Tél. : 514 345-4666

Dépliant préparé par l'équipe de techniciens en orthèses au programme des aides techniques et les physiothérapeutes.

Le port des orthèses tibiales permet de maintenir un alignement adéquat des pieds tout en étirant les muscles pour préserver la souplesse. Cela permet de retarder, limiter ou éviter les déformations aux pieds. Les orthèses permettent aussi de fournir du support aux chevilles afin d'améliorer l'équilibre debout et de donner ainsi plus d'autonomie au jeune dans ses déplacements et dans la réalisation de ses activités quotidiennes.



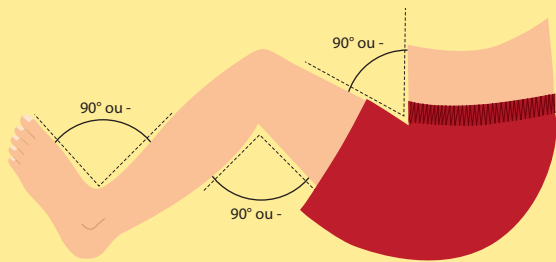


Schéma 1

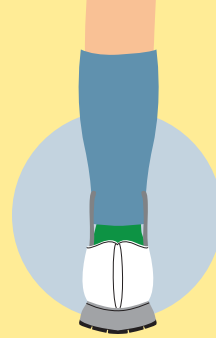


Schéma 2



Ensemble avec le jeune et sa famille

Comment débiter le port de l'orthèse ?

Le port d'une nouvelle orthèse doit toujours débiter **progressivement** afin de permettre au jeune de s'y adapter. Il faut commencer par une période de 30 minutes et il faut inspecter les pieds à chaque fois que vous enlevez l'orthèse. Si aucun problème ou blessure ne survient, augmenter le port par tranches de 30 minutes jusqu'à la durée totale recommandée.

Pour une orthèse de nuit, débiter le port progressif en soirée, avant le coucher et durant une activité calme (ex. : lecture, télévision).

Comment les mettre ?

- ❶ S'assurer qu'il n'y ait pas de plis dans les bas.
- ❷ S'assurer que l'orthèse correspond au bon pied.
- ❸ Fléchir la hanche et le genou du jeune à 90° ou moins et relever le pied vers la jambe le plus possible. (Schéma 1)
- ❹ Placer le talon bien au fond de l'orthèse et maintenir cette position pour attacher d'abord la courroie de la cheville. Celle-ci est la courroie principale, il est donc important de l'attacher fermement.
- ❺ Fixer la courroie du mollet sans y mettre de tension.

Problématiques possibles

- S'il y a sudation extrême, changer les bas plusieurs fois par jour.
- Des rougeurs peuvent être présentes au retrait des orthèses, mais elles devraient disparaître en 20 minutes.

Mise en garde : si les rougeurs persistent plus de 20 minutes, s'il y a présence d'ampoules, de réactions cutanées ou d'enflure aux pieds, cesser immédiatement le port des orthèses. Consulter votre physiothérapeute ou téléphoner au programme des aides techniques pour prendre un rendez-vous afin d'ajuster l'orthèse.

L'achat des chaussures :

L'achat des chaussures se fait après la réception des orthèses. Nous suggérons :

- Une langue qui s'ouvre loin en avant (comme un patin).
- Des fausses semelles amovibles ou facilement décollables dans les chaussures.
- Une chaussure large et profonde plutôt que trop longue (pour ne pas nuire à la marche).
- Des semelles évasées vers l'extérieur pour augmenter la stabilité et faites de matériaux peu ou pas compressibles, sans bulles d'air. (Schéma 2)

Hygiène et entretien

Le port d'un bas de coton blanc est recommandé car il absorbe la transpiration. Prioriser des bas longs (qui montent jusqu'aux genoux) à tricot fin et uni.

Nettoyer les orthèses régulièrement avec un linge imbibé d'eau tiède et de savon doux antibactérien. Ne pas faire tremper les orthèses dans l'eau. Retirer régulièrement la mousse de tissu qui s'accumule sur le velcro afin de ne pas nuire à l'adhérence des attaches velcro. Éviter de laisser les orthèses à la portée des animaux ou à proximité d'une source de chaleur (calorifère, sècheuse, voiture)

Renouvellement et ajustement

Consulter le physiothérapeute, le médecin, ou appeler au programme des aides techniques pour prendre rendez-vous avec l'orthésiste si les orthèses sont :

- trop étroites au niveau de la jambe ou du pied,
- trop courtes au niveau du mollet ou des orteils,
- brisées ou si elles blessent.

Une consultation est également nécessaire si la condition du pied ou de la jambe a changé.