



Ensemble avec le jeune et sa famille



Centre de
Réadaptation
Marie-Enfant

CHU Sainte-Justine



5200, rue Bélanger
Montréal (Québec) H1T 1C9
Tél. : 514 374-1710
www.crme-sainte-justine.org
crme-web.hsj@ssss.gouv.qc.ca



Centre de
Réadaptation
Marie-Enfant

CHU Sainte-Justine



Plâtres d'inhibition en série

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

Surveillance

Le plâtre **doit être enlevé** le plus rapidement possible lors des situations suivantes :

- Toute infiltration de liquide aussi minime soit-elle.
- Changement de coloration des orteils (blanc ou bleu).
- Gonflement des orteils.
- Sensation de fourmillement, d'engourdissement qui perdure.
- Diminution de la mobilité habituelle des orteils.
- Douleur importante, non soulagée par la médication, et persistant plus de 48 heures.

Si vous devez faire enlever le plâtre avant la date prévue durant la semaine, entre 8 h et 16 h, nous contacter avant de se présenter au CRME. En dehors de ces heures, vous rendre à l'urgence de l'hôpital près de votre domicile avec **la lettre de retrait d'urgence**. Sans ce document qui atteste que le plâtre n'est pas destiné à immobiliser une fracture, l'hôpital pourrait refuser d'enlever le plâtre.

Avisez-nous le plus rapidement possible si vous avez fait enlever les plâtres, il est possible que l'on souhaite revoir le jeune plus tôt que prévu.

Recommandations et précautions après le traitement

En raison d'une longue période d'immobilisation, la cheville de votre jeune pourrait être faible. Pour éviter les blessures, il doit s'abstenir de courir et de sauter pour une période minimale de 48 h après le retrait des plâtres.

Si un programme d'étirements vous a été enseigné avant le traitement, vous pouvez le reprendre. Si une orthèse a été prescrite à votre enfant, faites-lui porter selon les recommandations de votre médecin.

Il est recommandé de stimuler votre jeune à déposer le talon au sol en premier lors de la marche.

Si le jeune reprend l'habitude de marcher sur la pointe des pieds, chaussez-le avec des souliers lacés couvrant la cheville et consultez le physiothérapeute ou le médecin.

Pour des renseignements ou pour tout questionnement, contactez le :

Programme des aides techniques
514 374-1710, poste 8022

Brochure élaborée par les techniciens en orthèses prothèses et physiothérapeutes du programme des aides techniques.

Révisée par Ariane Lorange Milette,
physiothérapeute

Le traitement par plâtres d'inhibition en série vous a été prescrit par le médecin. Il a pour but d'améliorer la souplesse musculaire, l'alignement des pieds et le patron de marche. L'étirement de longue durée dans le plâtre permet l'allongement progressif du tendon d'Achille et des muscles raccourcis du mollet. Le jeune contribue à l'étirement en marchant avec les plâtres. Le traitement a également un effet d'inhibition sur la spasticité. Il est parfois précédé d'injections de Botox^{MD} selon l'indication du médecin.



Botox^{MD} : médication injectable qui affaiblit temporairement un muscle.

Spasticité : contractions musculaires involontaires (spasmes) ou augmentation du tonus musculaire.

Inhibition de la spasticité : manoeuvre qui vise à étirer le muscle pour diminuer la spasticité.

Phlébite : caillot de sang qui se forme dans une veine.

Comment ça fonctionne ?

On installera à votre jeune une série de plâtres qui seront remplacés à un intervalle de 7 à 10 jours.

Ils sont nommés «plâtres» même s'ils sont faits à base de bandes de polymères contrairement au plâtre blanc.

Maintien des habitudes de vie pendant le traitement

Lorsqu'il a ses plâtres, votre jeune peut marcher normalement, ou courir légèrement, **MAIS il ne doit pas sauter.**

Il sera probablement ralenti dans les escaliers : il est bon d'en avertir l'enseignant(e) ou l'éducatrice en milieu de garde afin qu'il puisse sortir avant les autres pour éviter les bousculades et diminuer le risque de chute.

Votre jeune pourra participer aux activités physiques si celles-ci sont adaptées et respectent les précautions mentionnées ci-haut.



Il est important de s'assurer que lorsque le jeune est assis sur une chaise, ses pieds soient en appui au sol.

Hygiène et entretien

Le plâtre ne demande pas de nettoyage particulier. Pour assurer un traitement dans les meilleures conditions possibles et éviter le retrait précoce du plâtre, veuillez suivre ces conseils d'usage :

- **Éviter toute infiltration de liquide dans les plâtres.**
- Remplacer le bain par un nettoyage à la débarbouillette.
- Nettoyer entre ou sous les orteils avec un coton-tige légèrement humide.
- Faire porter une couche en tout temps aux jeunes qui sont incontinents.
- Mettre des couvre chaussures pour protéger les plâtres les jours de pluie (en location ici-même).
- Il est conseillé de recouvrir le plâtre d'un large bas pour garder le lit propre.
- Éviter la présence de tout corps étranger dans les plâtres (sable, roches, petits jouets, nourriture) pour prévenir la formation de plaies.

Problématiques possibles

Le traitement par plâtres d'inhibition en série peut également causer certains inconvénients :

Douleur

Si votre jeune présente une douleur au mollet ou au tendon d'Achille, vous pouvez, en accord avec

votre médecin, lui donner de l'acétaminophène (tylenol^{MD}) ou de l'ibuprophène (advil/motrin^{MD}) pour le soulager. Si cette douleur survient durant la nuit, vous pouvez glisser un petit oreiller ou une serviette enroulée sous ses genoux pour les fléchir. Il sera alors plus confortable. **Si la douleur persiste, consulter le technicien en appelant au programme des aides techniques.**

Démangeaisons :

Pour soulager les démangeaisons, vous pouvez souffler de l'air froid à l'intérieur du plâtre avec un sèche-cheveux, **mais ne jamais souffler d'air chaud.** Éviter de gratter la peau sous le plâtre. La peau est fragile et une égratignure pourrait s'y faire facilement et entraîner un risque d'infection.

Mauvaises odeurs :

Le plâtre causera presque inévitablement des mauvaises odeurs. Vous ne pouvez rien faire de plus que bien nettoyer les orteils. **Ne pas utiliser de poudre déodorante.** Le technicien lavera les pieds avec de l'eau savonneuse entre chaque plâtre.

Étant donné l'immobilisation du membre l'incapacité de vérifier l'état de la peau et les mouvements de la cheville sous le plâtre, certains risques peuvent être reliés au traitement :

- Ampoules
- Plaies de pression
- Tendinite du tendon d'Achille
- Phlébite

Votre jeune est le meilleur guide pour vous assurer que le traitement s'effectue sans problème. Lorsqu'il se plaint, tenter de connaître la source de son inconfort le plus précisément possible.