

La sécurité est l'affaire de tous.

Lors de vos rendez-vous, si vous avez des doutes ou des hésitations face à un soin ou un traitement proposé, discutez-en avec un professionnel afin d'éclaircir la situation.

Par ailleurs, si vous êtes témoin d'un événement ou d'une situation qui pourrait se révéler dangereuse pour vous ou toute autre personne présente dans l'établissement, n'hésitez pas à le signaler à un membre du personnel.

Votre collaboration et votre implication sont essentielles et contribuent à améliorer la sécurité dans nos milieux de soins et de services.

Document élaboré par : Équipe des techniciens en orthèse/prothèse du Programme des aides techniques, CIUSSS Saguenay– Lac-St-Jean, Jonquière

En collaboration de : Nancy Blackburn, Anne Proulx, Joelle Savard

Élaboré : mai 2015

À réviser : mai 2018

**Votre technicien en
orthèses / prothèses**

Programme des aides techniques

2230, rue de l'Hôpital

C.P. 1200

Jonquière (Québec)

G7X 7X2

Téléphone: **418-695-7787**

Fax: 418-695-7789

Sans frais: 1-866-314-2737

Orthèses plantaires



Pour chaque orthèse plantaire vendue,
5\$ seront remis au Fonds de dotation
Santé Jonquière

www.fondsdedotation.ca

Être bien informé... C'est l'affaire de tous!

Programme des aides techniques

Hôpital et centre de réadaptation de Jonquière

2230, rue de l'Hôpital C.P. 1200

Jonquière (Québec) G7X 7X2

Qu'est-ce qu'une orthèse plantaire?

C'est une semelle sur mesure insérée dans votre chaussure qui aide au bon alignement du corps.

À quoi servent les orthèses?

- Prévenir ou corriger les déformations.
- Permettre un meilleur alignement des segments afin d'améliorer la posture et le confort.
- Améliorer l'équilibre et la stabilité du pied.
- Diminuer les douleurs aux pieds, aux genoux et au dos.
- Diminuer la fatigue des pieds et du fait même la fatigue générale.

Après la livraison

Il est normal de ressentir certains inconforts lorsqu'on porte une nouvelle paire d'orthèses plantaires.

Il faut donc commencer à les porter progressivement et les enlever lorsque vous ressentez de la fatigue ou des douleurs.

Si vous n'avez pas réussi à porter vos orthèses pendant toute la journée après 14 jours, vous devrez prendre un rendez-vous pour un ajustement.

Choisir une chaussure

Il est important d'avoir une chaussure de la bonne taille, avec un talon bas et sans support d'arche.

Il est préférable d'enlever la fausse semelle pour avoir plus d'espace dans votre chaussure.

Notez bien: il est important de ne pas porter une pointure trop grande due aux orthèses.

Entretien

Laver quotidiennement les orthèses avec un linge mouillé et un savon doux (ex.: savon à vaisselle antibactérien) ou avec de l'alcool à friction. Bien les essuyer avant de les remettre.

Ne pas laisser tremper les orthèses dans l'eau.

Tenir les orthèses loin des sources de chaleur (ex.: plinthe électrique).

Paiement des orthèses

Le prix peut varier en fonction de l'évaluation biomécanique et du type d'orthèse. Elles peuvent être remboursées par la SAAQ, la CSST ou les assurances personnelles dans certains cas.

Les orthèses plantaires ne sont jamais payées par la RAMQ.

Garantie

Nos orthèses plantaires ont une période de garantie de **3 mois** pour ajustements ou réparations dans la mesure où elles ont été utilisées normalement.

Quand doit-on remplacer les orthèses?

- Lorsque l'orthèse est trop petite (croissance chez l'enfant):
 - Si trop étroite au pied.
 - Si les orteils dépassent le bout de l'orthèse.
 - Si l'on doit changer de pointure de chaussure.
- Lorsque l'orthèse est brisée ou usée et qu'elle est irréparable.
- S'il y a un changement de votre condition physique:
 - Prise ou perte de poids.
 - Diminution ou augmentation de la force musculaire.

Consultez votre technicien pour vérifier si l'orthèse est toujours adéquate ou non.

Nous n'avons pas répondu à toutes vos questions?

Vous avez besoin d'un rendez-vous?

N'hésitez pas à communiquer avec nous. Il nous fera plaisir de répondre à vos demandes.