

LES MÉTATARSALGIES

Elles se caractérisent par une augmentation de la pression sous la région métatarsienne résultant de la mauvaise répartition de la mise en charge. Les métatarsalgies peuvent être combinées de callosités sous les têtes métatarsiennes.



FACTEURS POUVANT CAUSER LES MÉTATARSALGIES

- Affaissement de l'arche longitudinale interne
- Affaissement de l'arche transverse
- Amputation
- Arthrite rhumatoïde
- Mauvaises chaussures (talon trop haut, avant-pied trop étroit ou trop ajusté)
- Obésité
- Pied creux

PRÉVENTION ET APPROCHE COMPLÉMENTAIRE

Afin de diminuer le risque de prolonger les symptômes de cette affection, il est préférable de :

- Traitements en soins de pied combiné à une paire d'orthèses plantaires pour diminuer les callosités

SOLUTIONS ORTHÉTIQUES

Orthèse plantaire



Pour diminuer les pressions à l'avant-pied, nous pouvons inclure sur une orthèse plantaire un coussin métatarsien qui recrée l'arche transverse du pied. Un support de l'arche longitudinale interne est également nécessaire.

Chaussure



Le port d'une bonne chaussure ayant un bon renfort et une semelle rigide est nécessaire pour bien stabiliser le pied. La chaussure doit être suffisamment large pour ne pas comprimer l'avant-pied. La hauteur de talon ne doit pas être trop élevée pour ne pas répartir le poids seulement sur l'avant-pied.