HELORA

CENTRES HOSPITALIERS UNIVERSITAIRES

CENTRE DE MÉDECINE SPORTIVE

PODOLOGIE

La podologie consiste à **examiner le pied et l'appareil locomoteur** (membres inférieurs et du rachis). Cet examen est indispensable à la conception, à l'adaptation et à la mise en oeuvre d'un traitement podologique. Il permet au podologue de **réaliser des semelles appropriées** pour resituer le pied en position idéale. Ces semelles pourront ainsi remédier indirectement aux douleurs du genou, du bassin ou de la colonne vertébrale liées à un problème au niveau de la voûte plantaire. Elles permettront aussi un **rééquilibrage des fonctions osseuses, articulaires et musculo-ligamentaires**.

La podologie s'inscrit dans une prise en charge globale : le médecin reste prescripteur ; le kinésithérapeute, l'ostéopathe et le podologue sont complémentaires dans la démarche thérapeutique. L'examen podologique comporte cinq étapes :

1. l'examen clinique
2. l'analyse sur plateforme
3. l'analyse de la marche
4. la prise d'empreinte
5. les semelles.

1. L'EXAMEN CLINIQUE

Le podologue réalise une série de mesures biométriques permettant une évaluation du fonctionnement articulaire et musculaire des différents « étages » du corps. Ces mesures permettent de statuer sur la quantité et la qualité du mouvement articulaire.

2. ANALYSE SUR PLATEFORME

L'examen se réalise sur une plateforme (constituée de capteurs de pression) qui analyse le type de pied et la répartition des charges sous le pied. Cet outil donne une idée précise de la forme du pied et des défauts d'appuis.

3. ANALYSE DE LA MARCHE

L'analyse de la marche et/ou de la course se poursuit sur tapis roulant pour visualiser les troubles à différents niveaux et mieux comprendre l'origine mécanique de l'apparition des problèmes. L'utilisation d'une caméra permet de détailler la marche image par image.

4. PRISE D'EMPREINTES

Si la confection d'une paire de semelles s'impose, une prise d'empreintes plantaires est réalisée en position corrigée (position idéale du pied). Par la suite, du plâtre sera coulé dans l'empreinte et la semelle sera pressée sur le moulage.

5. SEMELLES

LES SEMELLES FONCTIONNELLES

Différentes des semelles classiques, elles ne sont pas un soutien passif de la voûte plantaire. Au contraire, elles permettent, par leur action, de rapprocher le plus possible le pied d'un fonctionnement statique et dynamique idéal. Elles permettent de prévenir, réduire, voire corriger de nombreuses pathologies chroniques ou aiguës, tant au niveau du pied, du genou, du bassin que de la colonne. Ces semelles peuvent être portées dans n'importe quelles chaussures, quel que soit l'âge, et ont une efficacité optimale de 4 ans.

→ **Applications thérapeutiques** : lombalgies, gonalgies (Varum, Valgum), instabilité de cheville, talalgie, affaissement plantaire, aponévrosite plantaire...

LES SEMELLES POUR AFFECTION ÉPIDERMIQUE

Elles sont fabriquées d'après un moulage en dynamique permettant de déterminer les zones précises à décharger pour soulager les zones douloureuses du pied. En effet, certains patients peuvent avoir un système ostéo-articulaire ne permettant pas la correction fonctionnelle.

→ **Applications thérapeutiques** : épine calcanéenne, syndrome de Morton, talalgie, troubles morphostatiques chez la personne âgée, fracture de fatigue, métatarsalgie...

LA PODOLOGIE, POUR QUI ?

A. **Les enfants :** les analyses commencent chez les enfants après l'âge de 5 ans. L'adolescence est une période de grands changements, il peut être nécessaire de corriger certaines pathologies avant qu'elles ne s'installent définitivement.

B. **Les adultes :** les problèmes de statique ou de dynamique peuvent engendrer des douleurs. Connaître et traiter les déséquilibres aidera le patient quotidiennement.

C. **Les sportifs :** lors de la pratique sportive, les pressions peuvent être multipliées par cinq (ex : la course à pied), les troubles se font alors davantage ressentir. Certains facteurs tels que le type de sport, le terrain ou les chaussures jouent également un rôle. Des pathologies chroniques ou aiguës peuvent apparaître au niveau des muscles, ligaments, os ou à d'autres parties de l'appareil locomoteur.

D. **Les personnes âgées :** elles souffrent souvent de douleurs nécessitant des soins réguliers. Elles présentent également des douleurs d'appuis plantaires qui peuvent être soulagées par le port de semelles.

RENSEIGNEMENTS ET PRISE DE RENDEZ-VOUS :

Jean-Baptiste BLONDEL - Podologue
065 41 76 00

Rendez-vous général
065 41 41 41

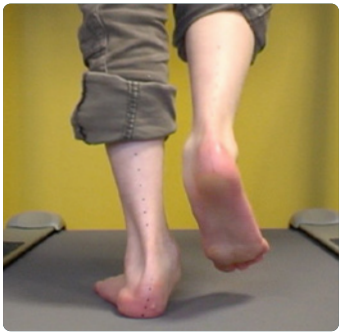
Centre de Médecine Sportive
ouvert du lundi au vendredi de **8h00 à 18h00**

1, avenue de la Sapinette, 7000 Mons

LE JOUR DE LA CONSULTATION, PRÉVOYEZ :

- un short
- un t-shirt
- une ou deux paires de chaussures
- apportez vos examens complémentaires (radio, scanner...)

La durée de l'examen est de plus ou moins une heure.



Rejoignez-nous sur les réseaux sociaux

Facebook

Instagram

PARA-DOC-135 - Version 1 - Juillet 2025