



Alain PLETINCKX
Podologue Gradué

Ruelle des Béguines 1
1380 Lasne

N° agrément inami :5-70177-86-701
T.V.A.:BE 0776.149.656

Semelles fonctionnelles semi-rigide sur mesure du Podologue :

But et fonction de la semelle podologique:

Repositionnement du pied dans son axe idéal de marche (spécifique à chaque individu !)
Elle sert de guide tout au long de l'appui du pied ,de l'attaque talon en passant par la position neutre en terminant par la propulsion.

Les semelles fonctionnelles du podologue redonnent une fonction musculaire du pied et ne sont en aucun cas un soutien passif du pied.

Les semelles sont composées de Résine et de mousse E.V.A qui leurs confèrent une résistance à la torsion et un meilleur contrôle des pieds.

Celles-ci sont à renouveler en fonction de l'usure mais en général tous le 2 à 3 ans aussi bien chez les adultes que chez les enfants (en fonction de la croissance des pieds).

Un examen annuel est préconisé afin de garantir un suivi de l'adaptation des semelles chez l'adulte et tous les 6 mois jusqu'à 14 ans.

Lors de la mise en place des semelles une adaptation de +/- 15 jours est en général nécessaire .
Une fois cette période passée vous pouvez utiliser vos semelles dans votre quotidien et lors de votre pratique sportive.

A ce jour, aucun remboursement n'est prévu par les mutuelles et l'INAMI pour les semelles confectionnées chez les podologues , certaines assurances type DKV Ambulatoire peuvent intervenir, Symbio et Partena en Flandres. N'hésitez pas a vous renseigne auprès des assurances individuelles.

Maintenant que vous êtes en possession de vos semelles, quelques conseils d'utilisation :

***Comment porter vos semelles ?**

Durant les 15 premiers jours :

Portez vos semelles maximum ½ journée/jour pendant la 1^{er} semaine, la 2^{ème} semaine vous pouvez les utiliser toute la journée.

NE PAS faire de sport AVEC les semelles durant la 1^{er} quinzaine ou de trop longues marches.

Après cette période, vous pouvez les utiliser à votre guise.

Pour faciliter l'utilisation de vos semelles, il est nécessaire de retirer dans la mesure du possible, la semelle de propreté de votre chaussure, afin de gagner de la place et surtout optimiser les corrections de vos semelles correctrices.

***Entretien de vos semelles :**

Si possible, les sortir des chaussures le soir après leur utilisation.

De temps à autre passer un chiffon légèrement humide avec un peu de savon ou du vinaigre blanc (neutralisation des odeurs).

***Rendez-vous de contrôle (important ! A ne pas négliger) :**

-Après 2 mois d'utilisation, il est impératif de reprendre rdv afin d'ajuster les corrections si nécessaire.

-1x /an : révision annuelle (vérification de l'état des semelles, adaptation des corrections,...)