

# SEMELLES ORTHOPÉDIQUES

## CONSEILS

- ☐ **Une petite gêne est possible au début**, (vous n'êtes pas encore habitué aux nouveaux éléments de votre semelle). Elle doit avoir disparu au bout de 2 semaines maximum.
- ☐ **Aucune nouvelle douleur ne doit se déclencher.**
- ☐ **Le motif de consultation doit évoluer progressivement pendant 3 mois.**

Au moindre soucis: **RAPPELLEZ VOTRE PODOLOGUE**, toutes les modifications sont gratuites les 6 mois suivant la fabrication de vos semelles.

## SUIVI

### ADULTE (à partir de 15 ans)

- ☐ **Bilan de contrôle** (gratuit) au bout de **6 mois** pour suivre l'évolution de la posture.
- ☐ **Renouvellement des semelles** au bout d'**1 an**.  
Cela permet de garder une **adaptation optimale** des semelles en palliant à la perte d'efficacité des matériaux et à l'évolution des besoins du patient.

*Les matériaux des semelles (comme ceux des chaussures) perdent de leurs propriétés avec le temps même si ils ne paraissent pas abîmés.*

### ENFANT (jusqu'à 15ans)

- ☐ **Bilan de contrôle** au bout de **3 mois** (en général) pour suivre l'évolution de la posture, très rapide jusqu'à 15 ans.
- ☐ **Renouvellement des semelles** au bout de 6 mois.  
Cela permet de garder une **adaptation optimum** des semelles à l'évolution très rapide de la posture, à la croissance et l'usure des matériaux.

Les enfants passent par différentes étapes de croissance et **acquièrent une marche mature seulement à partir de 12 ans !**

## ENTRETIEN

- ☐ **Eau tiède ou froide et savon** tout simplement !  
Attention ! Une eau trop chaude, un séchage sur le radiateur ou au soleil les déformera.
- ☐ Vous pouvez **les sortir des chaussures** pendant la nuit pour les aérer.
- ☐ Si vous suivez un traitement contre les mycoses, traitez également vos chaussures et semelles.