

Talon

Douleur du talon (Epines calcanéennes)

Développement osseux résultant d'une tension excessive au niveau de l'aponévrose plantaire qui peut coincer ou irriter les nerfs situés dans la zone du talon et engendrer une douleur.

Cause

- Changement ou augmentation de l'activité
- Soutien médiocre de la voûte plantaire
- Manque de souplesse du muscle du mollet
- Semelles inférieures

Symptômes

- Douleur au talon

Traitements

Appliquez le principe Repos-Glace-Compression-Elévation. Utilisez des talonnettes Sorbothane pour rehausser et aider à assouplir le muscle du mollet.

Douleur du tendon d'Achille (Tendinite du tendon d'Achille)

Inflammation et dégénérescence du tendon d'Achille.

Causes

- Stress répété
- Périodes prolongées de station debout
- Pronation excessive
- Chaussures inappropriées

Symptômes

- Sensation de brûlure, douleur fulgurante, pongitive

Traitements

Appliquez le principe Repos-Glace-Compression-Elévation. Utilisez Sorbothane® Sorbo-Pro afin de maintenir un contrôle optimum de la pronation ou des talonnettes pour surélever et réduire la contrainte au niveau du talon d'Achille.