



Mon podiatre, le seul professionnel de la santé des pieds

Pour exercer la podiatrie, votre podiatre doit être membre de l'Ordre des podiatres du Québec.

Il détient donc un permis d'exercice l'autorisant à évaluer et à poser un diagnostic podiatrique qui permettra de déterminer le traitement requis pour traiter les affections locales du pied.

Dans le cadre de sa pratique, le podiatre peut notamment réaliser des examens cliniques, biomécaniques, radiologiques, administrer et prescrire des médicaments, procéder à des chirurgies, prescrire et dispenser des orthèses plantaires.

L'Ordre des podiatres a pour mandat d'assurer la protection du public et d'encadrer la pratique professionnelle de ses membres.

www.ordredespodiatres.qc.ca

ESPACE RÉSERVÉ
POUR ADRESSE DE LA CLINIQUE

Publié par l'Ordre des podiatres du Québec. Tous droits réservés. 2011

LES ONGLES INCARNÉS



Mes pieds. Ma santé. Mon podiatre.

LES ONGLES INCARNÉS

Qu'est-ce que c'est?

L'ongle incarné est caractérisé par la pénétration des coins de l'ongle dans la peau qui l'entoure et par l'inflammation qui s'ensuit. C'est un problème fréquent qui touche le plus souvent le gros orteil et qui doit être traité le plus rapidement possible. Sans traitement, l'ongle incarné peut entraîner une infection et créer un paronychie, un bourrelet de peau très douloureux qui déforme l'ongle.

Les ongles incarnés sont causés par des ongles coupés souvent trop courts ou par le port de chaussures trop serrées. Les personnes âgées et les adolescents sont plus à risque, tout comme les personnes ayant les pieds plats, des ongles épais ou incurvés et celles souffrant d'arthrose ou ayant un facteur héréditaire. Les personnes diabétiques qui ont un ongle incarné peuvent développer des complications et doivent consulter rapidement.

QUELS SONT LES TRAITEMENTS?

Quelques soins à domicile peuvent aider à faire disparaître l'ongle incarné. Par contre, les personnes diabétiques et les enfants doivent consulter dès les premiers symptômes.

- Prendre chaque jour des bains de pieds de 15 minutes avec du sel ou un savon antibactérien
- Insérer un petit morceau de coton entre la peau et l'ongle ramolli
- Appliquer un onguent antibiotique
- Porter des souliers confortables ou des sandales à bouts ouverts
- Votre podiatre peut aussi vous proposer une chirurgie pour régler le problème des ongles incarnés récurrents en procédant au retrait de la portion insérée de l'ongle et, parfois, au retrait de la matrice de l'ongle par phénolisation, laser, radiofréquence ou électrocautérisation

« **Les personnes diabétiques qui ont un ongle incarné peuvent développer des complications et doivent consulter rapidement.** »



NOS RECOMMANDATIONS POUR ÉVITER LA RÉCIDIVE

- Couper les ongles bien droits, en ligne avec la fin de l'orteil et pas trop courts
- Limer les ongles rugueux
- Utiliser des ciseaux appropriés; éviter le coupe-ongles arrondi
- Porter des chaussures confortables qui ne compressent pas les orteils et qui sont adaptées au travail et aux activités
- Maintenir une bonne hygiène des pieds
- Les personnes à risque devraient faire examiner leurs pieds deux fois par année