

GROSSE CHUTE, GROS BLEU!

Une chute sur les fesses, dans un escalier glissant, (ou sur la glace) et voilà qu'une douleur et une enflure importantes apparaissent rapidement.

Madame réussit à se relever et voit le médecin qui lui dit qu'il n'y a rien à faire et que le bleu sur la fesse pourrait rester des mois, mais comme elle nous connaît bien, elle obtient un traitement d'urgence, sans prescription médicale, le soir même.

Nous savons que s'asseoir sur un bleu est très souffrant, qu'il est difficile de se coucher sur le dos et le côté blessé; qu'il est pénible de marcher et de monter l'escalier, et nous savons aussi, que c'est paniquant de se voir bleuir à ce point.

Nous trouvons d'abord des façons de la **positionner pour diminuer la pression** sur la fesse et le bas du dos et diminuer ainsi un peu la douleur. Nous utilisons **le Laser et le Micro-courant** pour leurs effets analgésique et anti-inflammatoire qui durent de 40 à 48 heures. Ils aident à désenfler et à diminuer l'inflammation et la douleur.

De plus, nous lui faisons un **taping proprioceptif**: c'est de petites bandes de ruban adhésif élastique qui peuvent être en place jusqu'à 5 jours, qui tolère l'eau et qui adhère avec la chaleur du corps.

Ils ont pour effet: - de soutenir les tissus enflés; - diminuer la douleur et l'inflammation; - d'exercer une pression légère et un pompage lors des mouvements; - de réabsorber l'enflure et les cellules sanguines séchées qui forment « le bleu ».

Les athlètes utilisent ce genre de taping pour un retour au jeu rapide.

Nous offrons ce traitement spécialisé à nos clients, même s'ils ne sont pas des athlètes, pour un retour rapide à une bonne qualité de vie.

En travaillant avec cette approche, madame se rétablit rapidement; le bleu et l'enflure se résorbent en 2-3 semaines. Elle peut retourner à ses activités préférées. Elle dort mieux et peut s'asseoir assez longtemps pour lire.

Nicole Bilodeau, pht



NOUS OFFRONS AUSSI L'APPROCHE OSTÉOPATHIQUE . . .

**CLINIQUE de PHYSIOTHÉRAPIE
NICOLE B. DESROCHERS inc.**

*Physiothérapie, Thérapie du sport
Massothérapie, Ostéopathie*

Accès direct: même en urgence sur rendez-vous

- Entorses et fractures
- Maux de tête et Migraines
- Bursites, Tendinites, Capsulites
- Hernies discales

210, rue Principale,
St-Basile-le-Grand, J3N 1M5
www.physiotherapienbdesrochers.com

Ouvert de 8 à 21h.
du lundi au jeudi et
le vendredi, de 8 à 16h.

450 653-1880
fax : 450 653-8131

