

- ★ ENTORSES ET FRACTURES
- ★ MAUX DE TÊTE ET MIGRAINES
- ★ BURSITES, TENDINITES, CAPSULITES
- ★ HERNIES DISCALES

NICOLE
BILODEAU,
physiothérapeute



L'ouverture de la piscine: pénible pour l'épaule

La tendinite et la bursite à l'épaule sont des problèmes fréquents chez les gens qui ont passé l'aspirateur dans le fond de leur piscine.

Les mouvements répétitifs de pousser et de tirer la perche demandent une certaine force. Ils sont irritants pour la bourse et les tendons de l'épaule.

À certains moments, la douleur apparaît lentement, alors que d'autre fois, c'est une douleur fulgurante à l'épaule: impossible de bouger le bras et de dormir.

Dans ces cas, la physiothérapie est très efficace, sans attente.

Bien souvent, les gens nous disent qu'ils ne sont pas très limités par le fait qu'ils ont de la douleur à l'épaule. Ils compensent avec l'autre épaule le jour mais ils dorment peu la nuit.

Attention! La capsulite vous guette... Une épaule qui ne bouge pas, ça fait moins mal mais ça colle: vous ne pouvez plus vous peigner, mettre la main derrière le dos ou lever le bras.

Vous voulez refaire du sport et profiter de votre piscine?

Notre équipe de professionnels de la physiothérapie, de la thérapie du sport et de la massothérapie vous accueillent dans nos salles climatisées.



Salle de traitement à aire ouverte



Salle d'évaluation ou de traitement privé

Un traitement de physiothérapie et de thérapie du sport peut vous soulager et vous permettre de faire vos activités physiques sans douleur.

- évaluation précise
- traitements d'anti-inflammatoires locaux: laser, microcourant, ultrason
- assouplissement par thérapie manuelle
- exercices bien dosés
- renforcement en fonction de vos activités

Consultez-nous sans attendre.

*Nicole Bilodeau, pht
et son équipe*



Stéphane Goulet, Thérapeute en Réadaptation Physique, traitant une capsulite à l'épaule.

Physiothérapie - Thérapie du sport - Massothérapie

Accès direct: même en urgence sur rendez-vous

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

210, rue Principale, St-Basile-le-Grand J3N 1M5

Ouvert
lundi au jeudi
8h à 21h
vendredi
8h à 17h

www.physiodesrochers.ca

450 653-1880

