

Une douleur à l'aine en jouant au hockey?



Gatienne Desrochers
Thérapeute du sport

qui revient tout le temps **si on ne la traite pas**, et la plus embarrassante à soigner. Contrairement à la croyance populaire, une telle **blessure à l'aine se traite en physiothérapie**. En fait, peut-être effectivement que la douleur disparaîtra au cours de l'été, **mais** dès que vous reprendrez le

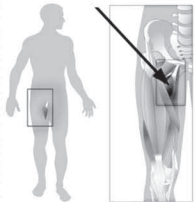
hockey la saison prochaine, elle reviendra si vous patinez un peu trop vite, si vous vous étirez un peu trop ou encore si vous faites un faux mouvement. Et puisqu'il ne vous est pas

toujours possible de faire attention à tous vos gestes pendant une partie intense, **vaut mieux en finir tout de suite avec cette blessure** et éviter qu'elle ne revienne constamment. Même si c'est une région gênante pour vous, nos professionnels de la **physiothérapie** savent comment soulager la douleur à l'aine efficacement tout **en respectant votre intimité** et en vous gardant à l'aise.

N'attendez plus! Prendre soin d'une blessure récurrente, comme **une blessure à l'aine**, est un investissement pour vos parties de hockey futures!



ÉTIREMENT DES ADDUCTEURS



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



Accès direct: même en urgence sur rendez-vous

Physiothérapie - Thérapie du sport - Massothérapie

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

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

www.physiodesrochers.ca 450 653-1880