FRANÇOIS
CARRÉ
PÉDICURE
PODOLOGUE

Fiche Conseil
Entretien de Vos Orthèses Plantaires

Pour garantir la durabilité et l'efficacité de vos orthèses plantaires, suivez ces recommandations d'entretien :

1. Nettoyage Quotidien
• Lavez vos orthèses à l'eau savonneuse (savon doux ou liquide vaisselle) avec une brosse souple.
• Évitez l'eau chaude (risque de déformation).
• Séchez à l'air libre, à l'abri de la chaleur (pas de sèche-linge, radiateur ou soleil direct).
Tous les matériaux utilisés pour vos orthèses sont déjà traités contre les bactéries et les mycoses, assurant une protection continue.

2. Stockage
• Rangez vos orthèses dans un endroit sec et aéré, à l'abri de l'humidité.
• Ne les laissez pas dans vos chaussures après utilisation (risque de prolifération bactérienne).

3. Vérification et Usure
• Contrôlez régulièrement l'état de vos orthèses : fissures, déformations ou usure anormale.
• Faites un bilan annuel chez votre podologue pour ajuster ou remplacer vos orthèses si nécessaire.

4. Conseil de Placement
• Pour un bon placement des semelles dans la chaussure, assurez-vous que le talon est correctement appliqué sur le contrefort arrière de la chaussure.
• Pour les semelles qui ne sont pas entières, fixez-les avec du velcro.

5. Conseils Complémentaires
• Alterner les chaussures pour éviter une usure prématurée.
• Éviter les produits agressifs (eau de Javel, alcool pur).
• Ne pas couper ou poncer vos orthèses vous-même (risque d'altération de leur fonction).
• ⚠ Attention : Un mauvais entretien peut réduire l'efficacité de vos orthèses et favoriser les mauvaises odeurs ou les irritations.
• La feuille de soins qui est jointe au dossier est à envoyer à la C.P.A.M.
• Les semelles sont remboursables à raison de 2 paires par prise en charge jusqu'à 16 ans, puis 1 paire par an au-delà.

François Carré Podologue
Cabinet carre la caserne 3 place louis fontanges 12200 Villefranche-De-Rouergue
05 65 45 03 99 - françoiscarre@villefranche-podologie.fr - villefranche-podologie.fr