



**Droit
au
cœur**

Utilisation d'une boîte amovible de marche

**Feuille d'information
destiné aux usagers et
leurs proches**

La botte de marche permet d'immobiliser votre pied et de le maintenir dans une position qui favorise la guérison. Elle est utilisée lors d'une blessure au pied ou à la cheville. La botte de marche permet le nettoyage du pied tous les jours.

Quelques conseils avant l'utilisation de votre botte

Il est important de porter le bas qui vous sera remis en clinique d'orthopédie **ou** de porter un long bas mince dans votre botte de marche, et ce, afin d'éviter un effet de garrot et certaines blessures à la peau.

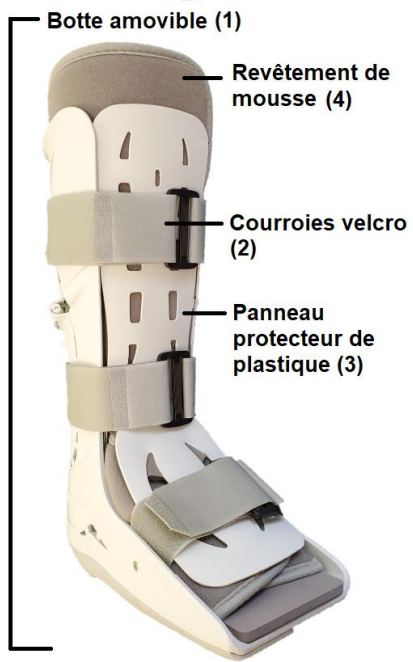
Faites attention de ne pas insérer d'autres vêtements (ex. : pantalon) dans la botte de marche. Cela pourrait blesser votre peau.

Assurez-vous de **TOUJOURS** dégonfler la botte avant de la retirer.

Installation de votre botte amovible (1)

1. Ouvrez les courroies en velcro (2). Retirez le panneau frontal de plastique (3). Ouvrez le revêtement en mousse (4).
2. Enfilez un long bas mince ou celui qui vous a été remis en clinique d'orthopédie.
3. Insérez votre pied dans la botte. Votre talon doit être bien appuyé au fond de celle-ci.
4. Refermez le revêtement de mousse sur votre jambe et votre pied.
5. Installez le panneau protecteur de plastique de la botte sur le devant de votre jambe, par-dessus le revêtement de mousse.
6. Refermez les trois courroies en velcro, en débutant par celle du milieu et en vous assurant que votre pied soit bien au fond de la botte. Assurez-vous d'un ajustement stable et confortable.
7. Gonflez la botte de chaque côté en utilisant la pompe manuelle fournie (5) avec celle-ci (selon la prescription du médecin).
 - Insérez fermement l'embout gonflage *inflate* (6) de la pompe manuelle dans la valve de la botte.
 - Serrez la pompe manuelle plusieurs fois jusqu'à ce que la chambre à air soit bien gonflée (selon la prescription du médecin).
8. Suivez ces étapes pour dégonfler la botte.
 - Insérez fermement l'embout gonflage *deflate* (7) de la pompe manuelle dans la valve de la botte jusqu'à ce que la chambre à air soit bien dégonflée.

** Il est possible que vous ayez à modifier (augmenter, diminuer) la compression au courant de la journée, selon votre confort.*



Port de votre botte

Vous devrez porter la botte 24 heures sur 24, même la nuit, pour favoriser la guérison; à moins d'avis contraire du médecin.

Lors du retrait de votre botte

Il est très important de ne pas mettre de poids sur le membre affecté lorsque vous retirez votre botte. Cela risque d'aggraver votre blessure.

Vous pouvez retirer votre botte seulement si l'orthopédiste vous le permet pour les raisons suivantes :

- pour vous laver;
- pour appliquer de la glace;
- pour appliquer de la crème hydratante;
- pour faire les soins de plaies;
- pour faire certains exercices qui vous seront expliqués.

Mise en charge

La mise en charge sera prescrite par l'orthopédiste.

La mise en charge est un appui au sol du poids qu'un usager pourrait mettre sur une partie blessée du corps en phase de rétablissement. Autrement dit, c'est de mettre du poids sur son pied.

Quelques conseils d'entretien

Les bas qui vous ont été remis en clinique d'orthopédie sont lavables à la machine à laver. Toutefois, vous devez les faire sécher à l'air ambiant.

Si le revêtement en mousse est souillé, vous pouvez le retirer afin d'en faciliter l'entretien. Lavez-le à la main, à l'eau tiède avec un détergent doux. Laissez-le sécher à l'air libre. La chaleur (sècheuse, séchoir) risquerait d'abîmer le revêtement de mousse.



*Assurez-vous que le revêtement en mousse soit complètement sec avant de le remettre.

Vous pouvez nettoyer la semelle de la botte de marche à l'aide d'un linge humide et d'un savon doux.

Conseils pour diminuer l'enflure et soulager la douleur

- Surélevez le membre plus haut que votre cœur.
- Prenez des médicaments analgésiques contre la douleur en vente libre. Si vous avez reçu une prescription d'analgésiques de votre médecin, vous devez suivre les instructions de votre pharmacien.

Points à surveiller

La botte de marche doit être bien ajustée, mais pas serrée, à votre pied et à votre cheville puisque son but est d'immobiliser votre membre.

Évitez de gonfler la botte jusqu'à ce que vous ressentiez de la douleur ou des engourdissements.

Portez une attention particulière aux orteils. Ceux-ci ne doivent pas être engourdis ni froids. Ils ne doivent pas changer de couleur ni être la source de picotements. Si c'est le cas, c'est que votre botte est trop serrée. Il faudra donc la dégonfler légèrement.

Avisez l'équipe d'orthopédie si :

- Si de **fortes douleurs** persistent malgré le port de la botte de marche et l'élévation de votre jambe. À noter que la botte sert à immobiliser le membre, il se peut qu'une douleur soit présente malgré le port de la botte.
- Si vous constatez une perte de mobilité, une froideur, une coloration bleutée ou blanchâtre ou un engourdissement de l'extrémité de votre pied et de vos orteils.

- Si vous constatez qu'une enflure de plus en plus importante est visible, malgré l'élévation du membre blessé.

Qui joindre pour toutes vos questions?

Équipe d'orthopédie

- Hôpital du Haut-Richelieu
450 359-5000, poste 2162
Ouvert du lundi au vendredi, de 7 h 30 à 17 h

- Hôpital Charles-Le Moyne
450 466-5000, poste 2249
Ouvert du lundi au vendredi, entre 8 h et 16 h

OU

- Info-Santé 8-1-1

Date des prochains rendez-vous

Recommandations additionnelles pour votre situation





Référence

<https://laboratoirevo.com/wp-content/uploads/2019/12/Instruction-Botte-de-marche.pdf>

Code d'impression : 4708

Production

© CISSS de la Montérégie-Centre
Direction des soins infirmiers
Édition : février 2022

Centre intégré
de santé et de
services sociaux de
la Montérégie-Centre

Québec

