

Aide ambulatoire



Marchette

Le corps ne doit pas toucher la barre antérieure et, en général, les talons doivent être vis-à-vis les pattes arrières.

Le corps bien droit avec les épaules relâchées.

Les appuis-mains au pli du poignet.



Béquilles

Le corps bien droit avec les épaules relâchées.

Le haut de la béquille à 5 cm de l'aisselle.

L'embout de caoutchouc à 15 cm du pied.

Les appuis-mains au pli du poignet.



Canne

Le corps bien droit avec les épaules relâchées.

L'appui-main au pli du poignet.

L'embout de caoutchouc à 15 cm du pied.

La canne du côté de la jambe saine diminue le poids du corps porté par la jambe blessée ou faible tout en gardant l'alternance naturelle des bras lors de la marche.



PHYSIOOUTAOUAIS
www.physiooutaouais.ca

AYLMER 682.8050 > HULL 775.9515 > GATINEAU 643.3337

Pour de plus amples renseignements, pour un programme d'exercices appropriés ou pour des traitements spécifiques, demandez à votre médecin une consultation en physiothérapie