

## PIED – Fasciite plantaire (épine de Lenoir)

### Notes

- L'épine de Lenoir n'est pas une source de douleur. **Elle peut être ignorée.** Une fasciite est possible sans épine et une épine peut être présente sans fasciite.
- Le traitement conservateur permet de résoudre 90 % des cas en 12 à 18 mois.
- La chirurgie peut mener à de multiples complications, donc est rarement tentée.



**RX du pied** pour éliminer les autres causes (osseuses, tumeur, fracture, arthrose)

**Fasciite plantaire**

**Traitement conservateur : utiliser toutes les modalités à la fois**

Étirer	Amortir	Soulager	Reposer
<ul style="list-style-type: none"> <li>• fascia plantaire</li> <li>• muscles triceps sural</li> <li>• massages zone d'origine du fascia plantaire</li> <li>• orthèses/bas nocturnes</li> <li>• physiothérapie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• talonnette en gel</li> <li>• orthèse plantaire avec</li> <li>• si pied plat : support d'arche</li> <li>• si pied creux : élévation du talon et du 5e métatarse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• acetaminophen</li> <li>• AINS</li> <li>• AINS topiques</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• éviter les activités qui reproduisent la douleur</li> </ul>

**Si aucune amélioration après 6 mois**

- Thérapie par ondes de choc radiales (physiothérapie)
- Infiltrations directement au site douloureux (1-2x max par épisode)

© orthopédie au CRDS  
**exceptionnelle** avec CD et rapport d'imagerie

**Service d'orthopédie (Département de chirurgie) — [www.orthohmr.ca](http://www.orthohmr.ca)**

Adapté des protocoles du CSSS Haut-Richelieu — Rouville avec permission (adaptés à l'origine de ceux du CHUS)