

EDIKASYON POU PASYAN · PWOBLÈM KOMEN NAN PYE AK CHEVILLE

Antòs Cheville ak Enstabilite Cheville

Yon antòs cheville se lè ligaman ki sipòte cheville ou yo ralonge oswa chire, souvan paske ou te vire oswa woule pye ou. Pifò antòs geri byen lè yo resevwa bon swen — men yon antòs ki pa geri nèt ka lakòz enstabilite kwonik nan cheville, kote cheville a konn 'kase anba ou' regilyèman. Antòs ki repete yo domaje ligaman yo toujou plis, se poutèt sa trete premye antòs la kòm sadwa enpòtan anpil.



Pou ilustrasyon edikatif sèlman.

Yon Koudèy Rapid

Zòn konsantrasyon	Pwoblèm Komen nan Pye ak Cheville
Objektif swen an	Yon antòs cheville se lè ligaman ki sipòte cheville ou yo ralonge oswa chire, souvan paske ou te vire oswa woule pye ou.
Kote yo bay li	Nan biwo nou an oswa nan yon sant chiriji, dapre evalyasyon ou ak sa ki apwopriye klinikman.
Pwochen etap ou	Yon konsiltasyon ak Dr. Stephen Wigley IV pou revize sentòm ou yo ak opsyon ki disponib pou ou.

Ki Moun Ki Ka Benefisye

- Nenpòt moun ki fèk vire oswa woule cheville li
- Pasyan ki santi cheville yo fèb, chanbre, oswa pa estab
- Moun ki fè antòs plizyè fwa nan menm cheville a

Kijan Nou Evalye

- Egzamen ligaman yo ak estabilite cheville a
- Reyon-X lè sa nesese pou elimine posibilite fraktire
- Evalyasyon ekilib, fòs, ak blesi ou te fè anvan yo

Ki Lè pou Chèche Swen

- Anflamasyon, blèz, oswa difikilte pou mache apre yon vire cheville
- Yon cheville ki kontinye kase anba ou sou tèren iregilye
- Doule ki pa pase plizyè semèn apre yon antòs

Opsyon Tretman

- Pwoteksyon rapid — atèl, sipò, ak repo apwopriye
- Reyabilitasyon pou rekipere fòs ak ekilib
- Ôtòz oswa sipò cheville pou aktivite fizik
- Opsyon pwosedi pou enstabilite kwonik ki pa reponn ak tretman konsèvatè

Sa pou Ou Espere

1	2	3
Yon dyagnostik egzak — kèk 'antòs' se an reyalyte fraktire	Yon plan reyabilitasyon pou evite antòs ki repete	Estrateji alontèm pou mache estab ak konfyans

Kesyon Yo Poze Souvan

Èske mwen bezwen reyon-X pou antòs cheville mwen an?

Si ou gen anpil anflamasyon, blèz, oswa difikilte pou mache, yon reyon-X ede elimine posibilite yon fraktire — ki ka sanble ak yon antòs.

Poukisa cheville mwen kontinye kase anba mwen?

Ligaman ki geri mal oswa misk ki fèbli ka lakòz enstabilite kwonik. Reyabilitasyon sible ede pifò pasyan; pou ka ki pèsiste yo, gen opsyon pwosedi disponib.

Sous ak Lekti Siplèman

- American College of Foot & Ankle Surgeons — FootHealthFacts.org
- MedlinePlus, U.S. National Library of Medicine — medlineplus.gov
- American Podiatric Medical Association — apma.org

Kesyon? Rele Wigley Feet nan (305) 895-9528 pou pwograme yon evalyasyon. Nouvo pasyan ka mande yon randevou tou sou www.wigleyfeet.com.