

## Support anti-épicondylite

### Description produit

Le Support Anti-épicondylite est conçu pour soulager les douleurs tendineuses causées par l'inflammation ou l'irritation. La plaque en polymère et le coussinet de compression intégrale exercent une pression sur l'avant-bras et soulagent ainsi les tensions du tendon de façon précise et ciblée.

### Caractéristiques

- Soulagement précis et ciblé des tensions
- Renfort plastifié (coquille intérieure)
- Utilisé en prévention ou pour contrôler les symptômes d'une épicondylite
- Port de courte durée lors d'une activité intense
- Attaches ajustables de type Velcro®
- Couleur : noir

### Indications

- Activité physique intense
- Sports de raquette
- Golf

**Fabriqué :** de néoprène recouvert de nylon brossé avec intérieur en ratine.

### Tailles disponibles

Code	Circonférence coude	Taille
2010	23 - 33 cm (9'' - 13'')	PETIT/MOYEN
2011	33 - 43 cm (13'' - 17'')	GRAND/TGRAND

Pour choisir la taille appropriée, mesurez la circonférence de l'avant-bras sous le coude. Si la valeur mesurée se situe entre deux tailles, sélectionner la plus grande.

### Ajustement

Attachez l'orthèse autour de l'avant-bras et ajustez le degré de pression à l'aide de la bande Velcro®. Il se porte aussi bien au bras droit qu'au bras gauche.

### Entretien

Lavez à la main avec du savon doux et séchez à l'air.



**Mise en garde :** Si la douleur persiste ou si vous désirez en savoir davantage sur l'utilisation de ce produit, consultez un spécialiste de la santé.

## **QU'EST-CE QUE L'ÉPICONDYLITE?**

L'épicondylite (souvent appelée « coude du joueur de tennis » ou « épicondylite latérale ») est le résultat du surmenage du tendon des muscles extenseurs attachés à l'épicondyle (une petite saillie de la face externe de l'os du haut du bras, située près du coude).

### **Les symptômes incluent :**

- une douleur qui irradie du coude vers l'avant-bras et le poignet et qui s'accroît lorsqu'on resserre les doigts;
- une sensibilité au toucher dans la région extérieure ou intérieure du coude;
- parfois, une légère enflure du coude.

### **Comment traite-t-on l'épicondylite?**

- Le repos
- La physiothérapie
- Le port d'un support orthopédique