

Canne : en bois, réglable ou quadripode

Ces directives sont fournies à titre indicatif seulement. Utilisez ce produit en vous conformant aux instructions de votre fournisseur de soins médicaux.

À quoi servent les cannes?

Une canne sert d'appui à une personne qui marche.

Comment régler la canne?

- La canne doit être réglée de façon à ce que son sommet soit à la hauteur de votre poignet lorsque votre bras détendu est placé le long de votre corps (Figure 1). Pour que le réglage soit adéquat, vous devez porter vos chaussures lorsque vous prenez cette mesure.
- Pour ajuster la canne, enfoncez le bouton à pression et rallongez ou raccourcissez la canne de la longueur souhaitée.
- S'il y a lieu, resserrer la bague de serrage.

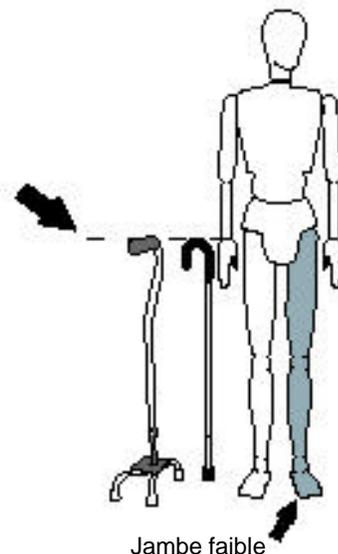


Figure 1 :
Hauteur adéquate

⚠ AVERTISSEMENT Assurez-vous que le bouton à pression est complètement engagé dans le trou de réglage et que la bague de serrage est bien ajustée.

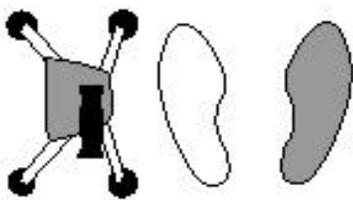


Figure 2 : Position pour gaucher

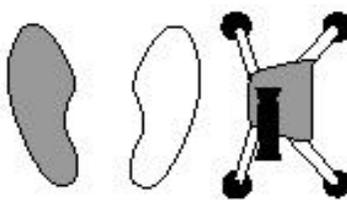
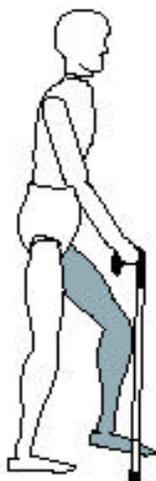


Figure 2 : Position pour droitier

Comment utiliser la canne?

- Les pattes protubérantes d'une canne quadripode doivent être orientées vers l'extérieur (Figure 2). Si ces pattes sont du mauvais côté, communiquez avec la Croix-Rouge.
- Tenez la canne dans la main opposée à la jambe faible, douloureuse ou blessée (Figures 1 et 2).
- Avancez la canne et votre jambe affaiblie en même temps. Gardez le coude près du corps (Figure 3).
- Marchez aussi normalement que possible, en faisant des pas de même longueur. Marchez d'abord lentement afin de prendre de l'assurance.

Figure 3 : Déplacer la canne en même temps que la jambe faible



Dans un escalier :

Pour monter un escalier (Figure 4)

- Tenez-vous près de la première marche.
- Levez votre jambe forte et appuyez solidement le pied de cette jambe sur la première marche.
- Penchez-vous vers l'avant tout en amenant votre jambe faible ainsi que la canne sur la première marche.

Pour descendre un escalier (Figure 5)

- Descendez la canne et votre jambe affaiblie sur la première marche.
- Ensuite, amenez votre jambe forte sur cette même marche.
- Restez droit et évitez autant que possible de vous pencher vers l'avant.

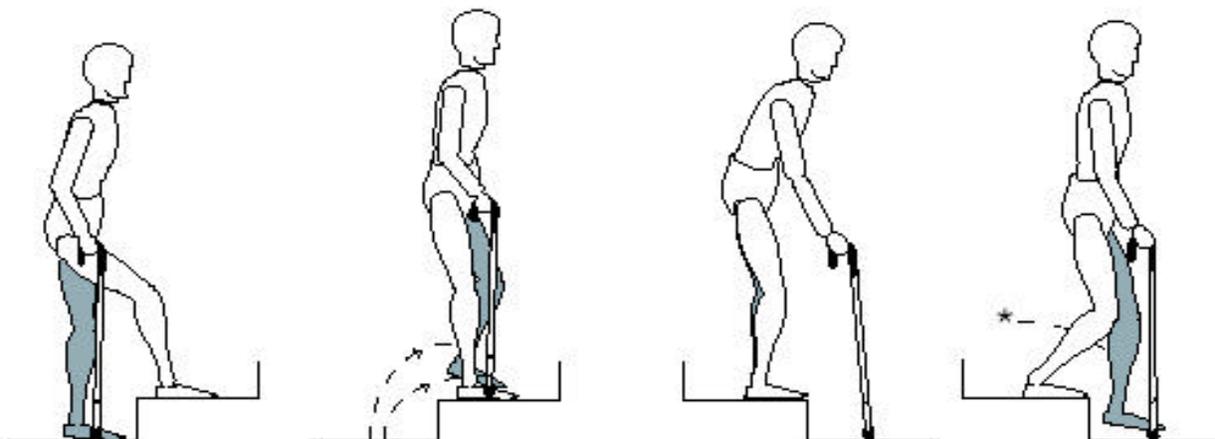


Figure 4 : Monter un escalier

Figure 5 : Descendre un escalier

⚠ AVERTISSEMENT Évitez tous les risques potentiels, notamment les surfaces glissantes, inégales, molles ou encombrées. Sur les surfaces mouillées, assurez-vous de garder la canne aussi droite que possible.

⚠ AVERTISSEMENT Les gens qui vous aident doivent vous soutenir par la ceinture ou la taille, et non par le bras.

Entretien de la canne

- Nettoyez la poignée à l'aide d'un savon doux, d'un détergent ou d'un produit de nettoyage domestique. N'utilisez pas de solvants comme de l'acétone, du diluant à peinture-laque, de l'essence pour briquets ou de la térébenthine.

Veuillez vous assurer que les appareils sont propres et en bon état lorsqu'ils sont rendus à la Croix-Rouge.