



Les principales maladies du pied

62 % des Français souffrent de maux de pieds ! Le pied est une partie complexe du corps. Cette complexité en fait le siège de nombreuses pathologies, des plus bénignes au plus graves pouvant conduire le patient à une perte d'autonomie importante.

Le pédicure-podologue est le professionnel de santé habilité à diagnostiquer, traiter et prendre en charge la plupart des pathologies du pied. Le médecin, Le chirurgien orthopédiste

Quelles sont les principales maladies dermatologiques du pied ? (Cor, verrue, durillon...)

La peau des pieds est soumise à de nombreuses agressions auxquelles elle va réagir et provoquer en réaction des pathologies généralement bénignes mais qui peuvent s'aggraver en cas d'absence de traitement.

De nombreuses pathologies dermatologiques peuvent se trouver exclusivement sur les pieds mais aussi sur l'ensemble du corps.

Le cor



Le cor est un épaissement très localisé de la couche cornée de l'épiderme constitué d'une accumulation de cellules mortes. Les cors ont cette particularité de présenter en leur milieu une forme conique externe plus large qu'en interne. Il s'agit d'une sorte de « clou de forme conique » s'enfonçant dans le derme. Il ne s'agit pas d'une racine. Ils sont provoqués par un frottement ou une hyperpression de la peau contre la chaussure.

On peut également le trouver sous l'ongle ou dans les sillons.

Le durillon

Le durillon se différencie du cor par sa forme. Plus aplati, il est souvent moins douloureux. Il précède généralement le cor. D'autre part, le durillon est localisé sous l'avant pied. Il est moins profond mais de surface plus large et peut présenter des pointes cornées.

L'œil de perdrix ou cor interdigital

Provoqué par le frottement de deux orteils l'un contre l'autre, il se caractérise par une peau molle et blanchâtre. La chaleur, l'humidité, la transpiration, la déformation des orteils et un chaussant trop serré en sont souvent les causes.

Les mycoses

Provoquées par la prolifération de bactéries, il convient de distinguer les mycoses de la peau de celle des ongles.

Les mycoses de la peau ou pied d'athlète, se manifestent entre les orteils, là où la chaleur et l'humidité persistent. Provoquant de fortes démangeaisons, rougeurs et fissures elles peuvent s'étendre également sur la plante ou sur le dos du pied.

Moins fréquentes, les levures présentes à la surface de la peau peuvent se développer sous l'effet de la transpiration, une modification de l'acidité de la peau sans phénomène de contamination par l'extérieur.



Les mycoses des ongles ou onychomycoses : Elles peuvent toucher un ongle ou la totalité des ongles. L'ongle paraît épaissi, blanchâtre ou jaunâtre. Le champignon se nourrit de la kératine de l'ongle qui finit par devenir friable malgré son épaisseur. L'onychomycose peut être provoquée par une contamination souvent favorisée par un traumatisme de l'ongle.

Les crevasses

Les crevasses s'expliquent par la sécheresse et l'épaississement de la peau. Elles sont souvent localisées au niveau des talons et favorisées par la marche nus pieds ou en chaussures ouvertes (claquettes, mules, sabots, etc...). La suppression de la cause, les soins et l'hydratation intense sont les meilleurs remèdes.



L'ampoule ou phlyctène

Il s'agit d'une cavité cutanée ou brûlure du 2^{ème} degré remplie de liquide qui se forme sous l'épiderme à la suite de frottements répétés. Généralement très douloureuse, elle peut parfois contraindre l'arrêt de la pratique sportive. Pour la traiter, l'idée globale est de ponctionner l'ampoule pour enlever le liquide à l'intérieur et d'y appliquer un antiseptique pour la sécher. Dans la mesure du possible, il faut conserver le feuillet décollé qui va permettre une protection et une meilleure récupération une fois le liquide évacué.

La dyshidrose



C'est une forme d'eczéma qui affecte la plante des pieds (mais également la paume des mains). Elle apparaît sous forme de rougeurs et de petites cloques provoquant souvent de fortes démangeaisons. Ces cloques évoluent en séchant et formant des petites croûtes marrons. Son origine reste inconnue, elle peut apparaître sur un pied et non sur l'autre et est souvent déclenchée par la chaleur ou au printemps.

Qu'est-ce qu'un ongle incarné ?



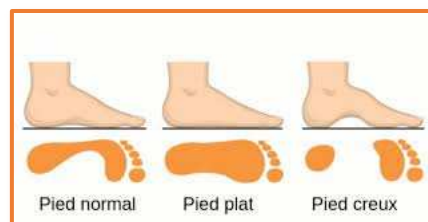
Il s'agit d'un conflit entre la tablette unguéale et le ou les bourrelets péri-unguéaux. La forme de l'ongle en elle-même peut en être la cause (plicature, volute, tuile de provence...) mais il est souvent la conséquence d'une mauvaise coupe d'ongle. Aggravé par la transpiration, la déformation des orteils et le port de chaussures étroites, l'ongle incarné se caractérise par une douleur, une inflammation du bourrelet péri unguéal puis d'une infection.

Quelles sont les principales déformations du pied ?

Pour des raisons génétiques, physiologiques, ou sous l'effet de port de chaussures inadaptées (trop serrées, talons trop hauts) le pied peut se déformer. Les déformations peuvent s'accroître avec le surpoids et le vieillissement.

Il peut être **plat** (voûte plantaire très peu ou pas creusée) A noter : un pied plat chez l'enfant de moins de 4 ans peut être tout à fait normal. Toutefois, Il est conseillé de le surveiller.

Il peut être **creux** (voûte plantaire très marquée) et là le poids est réparti à l'avant et à l'arrière du pied.



L'**Hallux valgus** est une déviation du gros orteil vers le deuxième orteil (vers l'extérieur) provoquant une déformation de l'articulation métatarso-phalangienne. Cette déviation entraîne une déformation de l'avant pied (saillie de la première tête métatarsienne). L'exostose osseuse qui en résulte (communément appelée « oignon ») peut devenir inflammatoire et très douloureuse. Le second orteil, poussé par le premier se positionne en griffe. Les métatarsalgies (douleurs des parties molles de l'avant pieds) sont aussi des conséquences de l'Hallux valgus.



Les griffes d'orteils : Souvent provoquées par le port de chaussures trop étroites et à talon, elles peuvent être soulagées par des soins s'il y a présence de cors ou de durillon et / ou par des semelles orthopédiques si elles sont réductibles.

Pieds plats valgus post ménopausique : Douleurs plantaires et déformations aggravées par le surpoids et le relâchement musculo ligamentaire.

Quelles sont les principales maladies articulaires du pied ?

Hallux rigidus ou arthrose de la première articulation métatarso phalangienne. Cette pathologie peut être soulagée par le port d'orthèses plantaires et quelques séances de kinésithérapie.

Excès d'acide Urique ou « **goutte** » soulagée par un traitement médicamenteux

La **spondylarthrite ankylosante** (talalgies bilatérales intenses et douleurs plantaires)

Polyarthrite Rhumatoïde : maladie rhumatismale inflammatoire chronique entraînant des déformations articulaires importantes

La maladie de Charcot-Marie-Tooth débute par les extrémités des membres et progresse vers les racines le plus souvent lentement, sur des décennies. Avec de multiples répercussions – déformations progressives des pieds et des mains (pieds creux, orteils en griffe,...)

Quelles sont les principales blessures du pieds ?

La fracture de fatigue : par contraintes excessives et répétées, il s'agit d'une micro-fracture qui touche en général le second métatarsien. Souvent non détectée à la radio, la scintigraphie est l'examen qui permet de la mettre en évidence. Le repos, les anti-inflammatoires et les semelles orthopédiques de décharge permettent de la soulager et de répartir les hyper appuis responsables de ces fractures de fatigue.

L'aponévrosite plantaire : Inflammation des fibres tendino-ligamentaires de la voûte plantaire provoquant une douleur depuis le talon jusqu'à la base des métatarsiens handicapant sérieusement la marche. Souvent constatée chez le sportif, la prise en charge va se faire par un pédicure-podologue et un masseur-kinésithérapeute.

Quelles sont les maladies infectieuses du pied ?

Le syndrome Pied-main-bouche est une infection pouvant toucher l'enfant, le plus souvent avant l'âge de 5 ans. Très contagieuse, elle survient par petites épidémies au printemps, en été ou au début de l'automne.

Les verrues plantaires : Lésions de la peau provoquées par une infection virale bénigne mais très contagieuse.

Quels sont les examens du pied ?

L'examen clinique et l'interrogatoire du patient chez le pédicure-podologue permettent de diagnostiquer rapidement la plupart des pathologies du pieds.

Pour confirmer ce diagnostic, **des radios, échographies, prélèvements ou autres analyses** pourront être demandés au médecin traitant. Une radio est généralement systématique pour voir les os avec en complément une échographie ou une IRM pour voir les parties molles ou un scanner pour les parties osseuses