

## S'informer sur la tendinite du tendon d'Achille - Fiche conseil

---

La tendinopathie achilléenne corporéale est une affection caractérisée par une inflammation du tendon d'Achille. Cette inflammation peut survenir de manière spontanée, être la conséquence d'activités physiques plus intenses ou, dans certains cas, être favorisée par l'utilisation de médicaments tels que les quinolones.

Cette affection se manifeste généralement par des douleurs survenant à l'effort et, fréquemment, par un nodule au niveau du tendon.

La prise en charge de la tendinopathie se concentre principalement sur deux aspects :

1. **La réalisation de séances de kinésithérapie ;**
2. **Le port de semelles orthopédiques** : ces semelles sont conçues pour offrir un soutien supplémentaire et réduire la tension sur le tendon.

Il est important de noter que les infiltrations ne sont pas une option en raison du risque élevé de rupture tendineuse. De plus, une **perte de poids** est conseillée en cas de surpoids ou d'obésité pour diminuer la pression sur le tendon.

Enfin, si le tendon se rompt complètement ou si toutes les autres mesures échouent, une **intervention chirurgicale** peut s'avérer nécessaire.