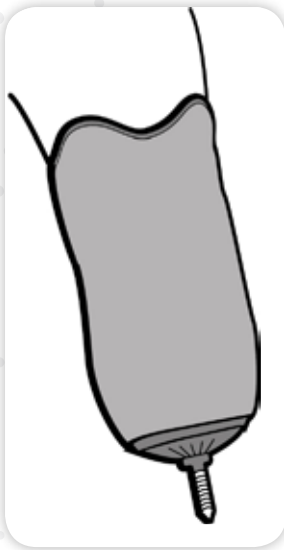




## Aides au cyclisme pour les amputés de la jambe

À l'arrivée du printemps, de nombreuses personnes amputées de la jambe se préparent pour la saison du cyclisme. La bicyclette est un bon exercice cardiovasculaire qui impose un stress minimal au membre résiduel. Il existe plusieurs adaptations spéciales pour faire de cette activité une expérience agréable et sécuritaire. Il suffit parfois d'un peu d'ingéniosité, mais dans d'autres cas, il faut apporter des modifications à la bicyclette.



La méthode de suspension utilisée peut jouer un grand rôle dans le confort à bicyclette. Utilisés couramment par les amputés de la jambe, les manchons avec attache distale restent bien en place, retenant ainsi solidement la jambe artificielle pendant le mouvement répétitif du pédalier. Les personnes amputées au-dessus du genou qui portent une emboîture à succion peuvent avoir besoin d'un moyen

de suspension supplémentaire pour que leur jambe artificielle demeure fermement en place. Les ceintures de suspension Ottobock et Power Short sont de bons choix.

La manivelle de pédalier articulée a été élaborée spécialement pour aider les personnes amputées qui ont subi une plastie de rotation de Van Nes et ne peuvent utiliser une pédale normale en raison de leur capacité de rotation limitée. Une manivelle de pédalier a



été coupée en deux et raccordée pour former un axe libre. Cette modification permet au cycliste d'effectuer une rotation complète; il peut fournir de l'énergie du côté amputé sur une partie du cycle, et l'articulation permet à la pédale de compléter la rotation. Ce système peut être monté sur différentes bicyclettes et est facile à installer.

Les attaches velcro sont une solution simple qui peut aider à maintenir le pied artificiel sur la pédale. Comme le montrent les photos, la surface des « boucles » velcro est fixée à la chaussure de la jambe artificielle et celle des « crochets » velcro, à la pédale. On ne devrait jamais attacher le pied artificiel à la pédale de façon à ne pas pouvoir le dégager facilement et rapidement en cas de chute.

