

Cors

Définition d'un cor

Notre peau étant très sensible, elle est sujette à des infections dues aux frottements répétées. Ces derniers créent des épaissements cutanés appelés cors. Provoquant une véritable gêne quand on marche, ils peuvent apparaître aussi bien dans la plante des pieds que dans les convexités des orteils. Les pieds étant plus à risque que les mains, ça peut tout de même apparaître dans la paume de la main.

Causes d'apparition des cors

L'apparition des cors est due à la perturbation du phénomène de kératinisation. Ce phénomène de dégénérescence des cellules épidermiques vivantes conduit à la formation d'une cornification. Ce processus naturel, si perturbé, peut conduire à l'hyperkératinisation qui crée les cors.

Ces perturbations peuvent être dues à :

1. Port de chaussures inadéquates à ses pieds (trop serrées, trop pointues, ...)
2. Port de chaussures à talons trop hauts
3. Malformation ou anomalie au pied



Le traitement

Pour prévenir, il faut toujours hydrater ses pieds avec une crème, protéger les parties exposées au frottement et enlever la corne avec une râpe.

Pour soigner, les médecins prescrivent généralement les pansements hydrocolloïdes et les Coricides à l'acide salicylique.

Les remèdes faits maison

Il existe des astuces de grands-mères qui aident à prévenir, soulager et soigner, mais qui n'ont d'égale que l'avis d'un podologue en cas de complication réelle.

- **Gel d'aloé ou Argile verte** : ces deux substances naturelles sont à appliquer directement sur le cor. Couvert d'un pansement, ça agira toute la nuit, et ce, plusieurs soirs de suite.
 - **Peau de banane** : appliquez la face externe de la banane sur la contusion et maintenez-la avec du tissu pendant toute la nuit. Répétez cette action deux soirs de suite et frottez avec une pierre ponce.
 - **Ail** : préparez une pâte constituée de trois gousses d'ail épluchées et écrasées avec une cuillère d'huile d'olive. Appliquez la pâte sur la lésion et maintenez-la avec un bandage toute la nuit. Après plusieurs soirs d'application, le cor se sera ramolli et vous pourrez l'enlever.
- **Contre indication** : vous ne devrez jamais forcer le cor en voulant l'enlever avec un objet tranchant. Le blesser ne fera que le faire repousser plus vite et ne l'éliminera pas.
- **Les chaussures** : il ne faut pas porter les mêmes chaussures de manière quotidienne et il faut éviter celles qui sont serrées.
- **Les talons** : il est déconseillé de porter des talons hauts.