

О ПЛОСКОСТОПИИ СЛОВО

ПЛОСКОСТОПИЕ - уплощение поперечного (реже продольное) свода стопы. Различают паралитическое, травматическое и статическое плоскостопие. Паралитическое плоскостопие наблюдают при полиомиелите и параличах другого происхождения, травматическое - после перелома лодыжек или костей стопы. Наиболее часто встречается статическое плоскостопие, которое возникает вследствие перегрузки стопы в сочетании с конституциональной недостаточностью соединительной ткани.

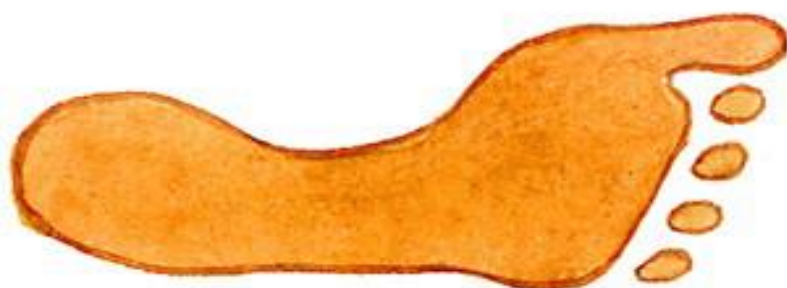
ОСНОВНЫЕ СИНДРОМЫ: болевой, миастенический, отечный, трофический, воспалительный (последний наблюдают при развитии асептического воспаления иннервирующего стопу нерва и воспалении синовиальной сумки головки I плюсневой кости).



нормальная стопа



плоская стопа



ФИЗИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ применяют с целью укрепления мышечно-связочного аппарата голеней и стоп (миостимулирующие методы), улучшения трофики и кровообращения тканей мышц и связочно-суставного аппарата (сосудорасширяющие методы), восстановления движений в суставах стоп при рефлексорной контрактуре.

УПРАЖНЕНИЯ ПРИ ПЛОСКОСТОПИИ



ПЛОСКОСТОПИЕ НЕ ПРИГОВОР

Специальные упражнения при плоскостопии выполнять надо 2 раза в день, ежедневно.

Ежедневные занятия в домашних условиях, помощь врача-ортопеда помогут восстановить здоровье.



Мышцы, связки и фасций стопы должны согласованно работать с голеностопными мышцами и связками. При уплотнении поперечного и продольного сводов стопы, которые обеспечивают ее амортизационные свойства, развивается плоскостопие.

Консервативное лечение, начатое при появлении первых признаков заболевания, дает хорошие результаты, особенно у детей.

