

Мабуть, 90 % батьків вважають, що в їхньої дитини плоскостопість та шукають безліч засобів, щоб із нею «поборотися». Однак, плоска стопа — це нормально! Як для дітей, так і для дорослих. Чому так, та чи треба купувати ортопедичне взуття — у статті далі.

1. Якщо в дитини мобільна плоскостопість, їй не потрібне спеціальне взуття чи устілки, а тим більше гімнастика чи масаж. Адже все це не в змозі формувати склепіння стопи.

2. Плоскостопість у дітей, зазвичай пов'язана з гіпермобільністю зв'язок та капсули суглобів. Тому стоячи склепіння стопи зменшується, а лежачи — воно знову збільшується.

3. Якщо у вашої дитини мобільна плоскостопість — спеціальні устілки та взуття з подушечками їй лише шкодять та завдають дискомфорту.

4. Варто звертатися до лікаря лише тоді, коли плоскостопість: немобільна, болюча або дуже важка.

5. Дуже часто батьки плутають «клишоногість» із різними ротаційними дисфункціями, які є наслідком положення плоду і проходять із віком. У разі ж важкого характеру приведеної стопи необхідне лікування (гіпсування й носіння спеціальних шин, а не спеціального взуття).

6. Шини, тупори, гімнастика, масаж, спеціальне взуття та устілки не можуть виправити порсію (скручування) великогомілкової кістки, а лише завдають шкоди. Адже це варіант нормального розвитку дитини.

7. Здебільшого у 5–6 років у дитини виникає порсія стегнової кістки, причина якої досі невідома. Однак, до 10 років — воно проходить самостійно. Якщо у вас виникає ідея боротися з цим явищем устілками, взуттям чи іншими засобами — необхідно її позбутися. Вони лише викликають дискомфорт та заважають дитині як фізично, так і морально.

8. Тільки лікар може визначити чи викривлення ніг це відхилення від нормального розвитку дитини. Адже в молодшому віці в діток спостерігається О-подібне викривлення, потім вони можуть стати Х-подібними, а після цього — прямими, і це — нормально!

9. Найкращі ступні в дітей, які ходять босоніж. Тому варто обирати м'яке, еластичне взуття. Якщо вагаєтеся з розміром — краще прошки більше, ніж менше. Обирайте дихаючі або натуральні матеріали та підошви, які легко гнуться.

10. Взуття не повинне бути жорстким, слизьким чи тісним. І, звісно ж, уникайте «дорослих» фасонів (каблук, вузький носок) — вони дуже шкідливі для діток!

Маємо надію, що ця стаття була для вас корисною. Хочемо, щоби ви витрачали час та гроші лише на ефективні речі для ваших малюків. Тутори, устілки та, так зване, ортопедичне взуття здебільшого лише наносить фізичної шкоди та психологічних травм дитині. Якщо маєте сумніви щодо ніжок дитини — краще зверніться до лікаря, а не намагайтеся лікувати її самостійно.

Зазвичай, саме природа — найкращий лікар наших дітей.

(інформація отримана з Internet джерел)