



*Η φροντίδα μας, πάντα κοντά σας!*

### **Παθήσεις στο πόδι και η Φροντίδα τους.**

Τα περισσότερα παιδιά γεννιούνται με φυσιολογικά ανεπτυγμένα πόδια τα οποία αρχιτεκτονικά είναι σταθερά και λειτουργικά. Ωστόσο, σε ορισμένα παιδιά εμφανίζονται παραλλαγές της φυσιολογικής αρχιτεκτονικής της ανατομίας του άκρου πόδα.

Αποτέλεσμα αυτών των παραλλαγών είναι οι **παραμορφώσεις** και οι **διαταραχές βάδισης**.

### **Ποια είναι η κατάλληλη ηλικία για να αξιολογηθεί ένα παιδί;**

Τα περισσότερα προβλήματα εμφανίζονται στις ηλικίες από 3 έως 14 χρονών, ανάλογα φυσικά και με την πάθηση το οποίο σημαίνει ότι η αξιολόγηση του παιδιού από τα 3 έτη είναι ενδεδειγμένη.

Μια προληπτική επίσκεψη λοιπόν σε εξειδικευμένο φυσικοθεραπευτή, ποδίατρο ή εξειδικευμένο ορθοπαιδικό είναι πολύ σημαντική.

Μια επίσκεψη σε μια ειδικότητα από τις παραπάνω θα περιλαμβάνει την κλινική εξέταση, τη διενέργεια πελματογραφήματος το οποίο απεικονίζει την ανατομική φυσιολογία των πελμάτων και θα παρέχει χρήσιμες πληροφορίες για τη λειτουργική αρτιότητα της βάδισης.

Έτσι, αν κριθεί απαραίτητο μετά την αξιολόγηση, την οποία μπορεί να κάνει μόνο εξειδικευμένος επιστήμονας, θα κατασκευαστούν ορθωτικά εξατομικευμένα πέλματα που θα βοηθήσουν στη σωστή εμβιομηχανική της βάδισης και στην υγεία των πελμάτων.

Τα ορθωτικά εξατομικευμένα πέλματα δεν απαιτούν ειδικά υποδήματα αλλά προσαρμόζονται στα υποδήματα που φορά ένα παιδί.

Όσο πιο μικρή είναι η ηλικία του παιδιού που θα διενεργηθεί ο έλεγχος και θα διαγνωστεί οποιαδήποτε απόκλιση από το φυσιολογικό τόσο πιο καλή είναι η πρόγνωση.

### **Ποιες είναι οι συχνές παθήσεις του παιδικού ποδιού;**

Τα πιο συχνά προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι γονείς και τα παιδιά στην παιδική ηλικία αφορούν προβλήματα σε σχέση με τη μορφολογία του ποδιού, όπως:

1. Πλατυποδία: Υπάρχει έλλειψη της ποδικής καμάρας. Μέχρι την ηλικία των 3 ετών, τα παιδιά έχουν πλατυποδία γιατί δεν έχει αναπτυχθεί η ποδική καμάρα. Μας ενδιαφέρει κυρίως, εάν η φτέρνα του παιδιού πάει προς τα έξω ή προς τα μέσα (βλαισότητα ή ραιβότητα) σε συνδυασμό με την



Η φροντίδα μας, πάντα κοντά σας!

πλατυποδία. Αυτό είναι κάτι που χρειάζεται παρακολούθηση. Ενδιαφέρον είναι επίσης, εάν η πλατυποδία είναι εύκαμπτη ή δύσκαμπτη.

2. Κοιλοποδία: Σπάνια υπάρχει και είναι το αντίθετο της πλατυποδίας. Δηλαδή υπάρχει πολύ υψηλή ποδική καμάρα. Σ' αυτή την περίπτωση παρατηρούμε, αν υπάρχουν δυσλειτουργίες στη βάδιση, αν πέφτει το παιδί, αν δεν μπορεί να περπατήσει σωστά, και αν υπάρχουν κάποιες παραλλαγές στη βάδιση νευρολογικές παθήσεις και μεταταρσαλγία.

Η παραμόρφωση, που συχνά είναι αμφοτερόπλευρη, εμφανίζεται συνήθως σε παιδιά ηλικίας 8 έως 12 χρονών και με τον καιρό επιτείνεται μέχρι τη συμπλήρωση αναπτύξεως.

Τα μαλακά μόρια του πέλματος δεν αναπτύσσονται κανονικά σε μήκος και παραμένουν βραχύτερα του φυσιολογικού, ενώ το σχήμα των οστών του τάρσου βαθμιαία μεταβάλλεται ανάλογα, οπότε και η παραμόρφωση της κοιλοποδίας μονιμοποιείται, όπως και η σύγκαμψη των δακτύλων.

### **Πώς μπορείτε να ξέρετε αν το πόδι του παιδιού είναι φυσιολογικό;**

Το **πελματογράφημα** μπορεί να ανιχνεύσει ή να επιβεβαιώσει τα πιθανά προβλήματα στα πόδια των μικρών ασθενών, με αποτέλεσμα την έγκυρη διάγνωση και την έγκαιρη παρέμβαση με τη χρήση του κατάλληλου **ορθωτικού πέλματος**.

Συγκεκριμένα, το πελματογράφημα είναι μια εξέταση που αναλύει την κατανομή των πιέσεων κατά τη στάση και τη βάδιση, αποτυπώνοντας ψηφιακά τη μορφολογία του πέλματος. Δίνει πολύτιμες πληροφορίες για τις ανατομικές ιδιαιτερότητες των ποδιών και τον τρόπο που περπατάμε ή στεκόμαστε. Είναι μια εύκολη και ανώδυνη διαδικασία, χωρίς ακτινοβολία, η οποία συμβάλλει αποφασιστικά στην αντιμετώπιση προβλημάτων που οφείλονται αποκλειστικά στη μηχανική καταπόνηση των κάτω άκρων.

### **Ποια είναι η αντιμετώπιση;**

Κλινικές έρευνες έχουν υπογραμμίσει πως τα ορθωτικά πέλματα που κατασκευάζονται μετά από την διενέργεια ενός πελματογραφήματος είναι η πρώτη επιλογή θεραπείας που αντιμετωπίζει αποτελεσματικά τις παιδικές παθήσεις του άκρου πόδα.

**Στο Φυσιοθεραπευτήριο E. Γεωργακόπουλος στην Αθήνα έχουμε τη γνώση, την εμπειρία και τον ιατροτεχνολογικό εξοπλισμό για τα καλύτερα αποτελέσματα.**