

Плоскостопие у детей: особенности заболевания, причины и лечение

Патологическое опущение сводов стопы называется плоскостопием. Чем грозит плоскостопие? Анатомические особенности детей в области нижних конечностей делают ребенка особенно уязвимым в определенные возрастные периоды.

Гипермобильность голеностопных суставов и увлечение видами спорта с интенсивной нагрузкой на ноги часто приводит к искривлению с дальнейшим развитием плоско-вальгусной стопы.

Появление плоскостопия у детей дошкольного возраста является распространенной проблемой.

Врожденные случаи заболевания занимают маленький процент, в большинстве случаев патология развивается по мере роста ребенка и увеличения нагрузки на ноги.

Формирование сводов стопы продолжается от рождения до возраста 12 лет. Каждый малыш рождается с физиологическим плоскостопием, а родителям кажется, что у ребенка плоскостопие.

Различают врожденные и приобретенные виды плоскостопия у детей. С 8 месячного возраста, когда малыш начинает вставать и ходить, держась за опору, возникает риск появления деформации голеностопных суставов, которые приводят к развитию деформации суставов во внутрь.

При ходьбе маленькие дети опираются на большие пальцы ног. Генетическая предрасположенность и физиологическая податливость суставов приводят к искривлению ног.

Своевременная профилактика плоскостопия у детей в виде ношения малосложной ортопедической обуви позволит избежать развития болезни.

Упражнения для профилактики плоскостопия у детей закрепят положительный результат.

В период скачков роста также сохраняется угроза изменения правильного развития ступней. К таким периодам можно отнести возраст 6 лет, 10 лет, 13-14, а также 16-17 летний рубеж.

В этом возрасте дети растут ускоренными темпами, и влияние негативных факторов приводит к таким последствиям, как плоскостопие.

Виды детского плоскостопия

В ортопедии различают три основные формы плоскостопия:

- продольное, при котором опускается продольный свод стопы;
- поперечное характеризуется изменениями поперечного свода с уплощением поперечного свода;
- комбинированное или поперечно-продольное, включающее обе патологические деформации.

У детей специалисты отмечают:

- врожденное заболевание, появившееся при рождении ребенка;
- приобретенное, возникшее под воздействием внешних факторов.

По форме искривления выделяют:

- плоско-вальгусную патологию;
- варусное изменение, когда ребенок «косолапит» по причине смещения передней части стопы во внутреннюю сторону к большому пальцу.

При постановке диагноза важно определить тип изменения стопы для эффективного лечения, которое принципиально отличается друг от друга.

По тяжести развития плоскостопия у детей, как и у взрослых, разделяется на 3 степени уплощения.

Как проверить плоскостопие и что делать?

Причины

Одной из основных причин появления плоскостопия в юном возрасте является генетическая предрасположенность. Наличие заболевания у родственников служит главным фактором риска или причиной врожденных деформаций.

При наличии информации о возможности заболеть, родителям следует принять все меры предосторожности, чтобы не допустить плоскостопия в будущем у ребенка.

Чрезмерная гибкость и податливость может стать причиной изменений в стопе. Зная о такой особенности ребенка, необходимо исключить все возможные факторы, которые могут усугубить ситуацию.

Ношение узкой, неудобной обуви с неправильной колодкой без достаточного каблука «портит» губительно воздействует на ноги. Особенно страдают стопы во время интенсивного роста, когда обувь не заменяется во время на нужный размер. Постоянное чувство сжатия и неудобства заставляет ногу подстраиваться под неправильную обувь.

Регулярные занятия видами спорта, которые дают сильную нагрузку на ноги. в этот список можно отнести художественную гимнастику, танцы, легкую атлетику, фигурное катание, акробатику, футбол, хоккей. Оптимальной спортивной секцией для оздоровления и укрепления всего организма, которую можно порекомендовать каждому ребенку, является плавание.

Лечение плоскостопия у детей дома

Как вылечить и как проверить плоскостопие у ребенка?

Этим вопросом задаются все родители. Если ребенку поставили официальный диагноз, следует понять, что необходимо в точности следовать рекомендациям лечащего врача.

Помимо назначенных физиотерапевтических процедур и массажа, можно проводить лечение в домашних условиях.

Как лечить плоскостопие у детей? Любую процедуру, на первый взгляд самую безобидную, необходимо согласовывать с лечащим доктором, который в течение всего терапевтического процесса будет наблюдать за динамикой выздоровления и в случае необходимости вносить корректировки в лечение в домашних условиях.

Лечебная обувь

Первым этапом терапии плоскостопия у детей дошкольного возраста является назначение ортопедической обуви, особенности строения которой будут зависеть от формы патологии.

Плоско-вальгусная деформация предусматривает ношение малосложной обуви или лечебных берцов, которые надеваются ребенку строго по направлению ортопеда при значительных искривлениях ступней.

Берцы отличаются от профилактической обуви высотой жесткого задника, который достигает высоты 8-10 см. Наличие супинатора становится актуальным для таких больных после 3-летнего возраста, когда продольный свод начинает активно формироваться.

Корректирующую обувь необходимо носить постоянно для удержания суставов в правильном положении. Точки окостенения наступают в 6-летнем возрасте, поэтому, обувь не даст стопе и суставам принять неправильное положение.