

***Возрастные особенности стопы
ребенка. Нарушения. Учет
особенности стопы. Гигиена.***



Содержание

1. Введение
2. Возрастные особенности стопы ребенка
3. Нарушения
4. Гигиена

Введение

Все кости конечностей, за исключением ключиц, проходят три стадии развития: соединительно-тканную, хрящевую и костную.

Первично основу скелета (в том числе и стоп) составляет хрящевая ткань, которая постепенно

замещается костной. В костях

предплюсны (ладьевидной, кубовидной и клиновидных) точки

окостенения появляются в период от

трех месяцев после рождения до пяти

Возрастные особенности стопы ребенка

**Кости стоп у детей
дошкольного и
младшего
школьного
возраста в
сравнении с
костями взрослых
более мягкие,
эластичные, менее
ломкие, но легко
изгибающиеся и
деформирующиеся**



Детская стопа по сравнению со взрослой коротка, широка, а в пяточной области сужена. Пальцы расходятся, в то время как у взрослых они плотно налегают друг на друга. У детей на подошве сильно выражена подкожная клетчатка, заполняющая свод стопы, что приводит нередко к диагностическим ошибкам.



Стопа ребенка



***Стопа взрослого
человека***

Стопа ребенка, особенно первого года жизни, имеет отчетливое супинаторное положение, в результате чего, начиная ходить, дети ставят стопу не на всю подошвенную поверхность, а только на ее латеральный край.

**У детей 6- 14 лет имеется
незначительное преобладание
средних величин отдельных
признаков стопы у мальчиков по
сравнению с девочками.**

**Исключением является лишь высота
и ширина стопы, ширина пятки,
которые в 12 лет у девочек больше,
чем у мальчиков.**

Увеличение длины стопы происходит неравномерно: с 6 до 12 лет у мальчиков стопа увеличивается на 5,3-5,4 см, а у девочек — на 5,6 см. Высота стопы у девочек значительно увеличивается с 11 до 12 лет, а у мальчиков с 7 до 8 лет. Ширина стопы и пятки дает очень небольшие ежегодные приросты.

В дошкольном и младшем школьном возрасте стопа находится в стадии интенсивного развития, ее формирование еще не завершено, поэтому любые неблагоприятные внешние воздействия могут приводить к возникновению тех или иных функциональных отклонений.

Нарушения

Стопа состоит из 26 костей, и все они должны правильно сочленяться, чтобы ходить было удобно.

Нарушения в их формировании имеют печальные последствия не только для походки, но и для всего организма в целом. Особенно страдает позвоночник. А с осанкой связано и состояние внутренних органов.



Нога здорового ребенка



рис. X-образная установка стоп



рис. Стопы "завалены" вовн *Страна Мам*

Нога ребенка с нарушениями

Учет особенности стопы

Главной особенностью стопы человека является его дуговая конструкция, определенная формой и взаиморасположением костей.

Различают продольную и поперечные дуги (своды) стопы. Образование продольного свода стопы обусловлено наклонным положением (относительно опорной поверхности) пяточной кости и высокой позицией на головки надпяточной кости.

Форма и размеры свода стопы у человека могут меняться даже в течение одного дня под влиянием различных факторов, которые зависят от способности ее костей смещаться друг относительно друга

Гигиена



Перед сном необходимо мыть ноги, так как они чаще всего потеют, и на них скапливается грязь. Не регулярное мытье ног приводит к опрелостям и появлению грибковых заболеваний. Носки следует менять не реже, чем через день. Также ребенку следует знать, что в общественных местах, например в бассейне, не следует мерить чужую обувь и ходить по полу только в специальных тапочках.

Список литературы

1. <http://flat-feet-stop.ru/basics/formation>
2. <http://mamavika.com/detsk-zdorov/bolezni/valgusnaya-stop-a-u-rebyonka.html>
3. <http://bticino.com.ru/gigiena-detej>