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

Содержание

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

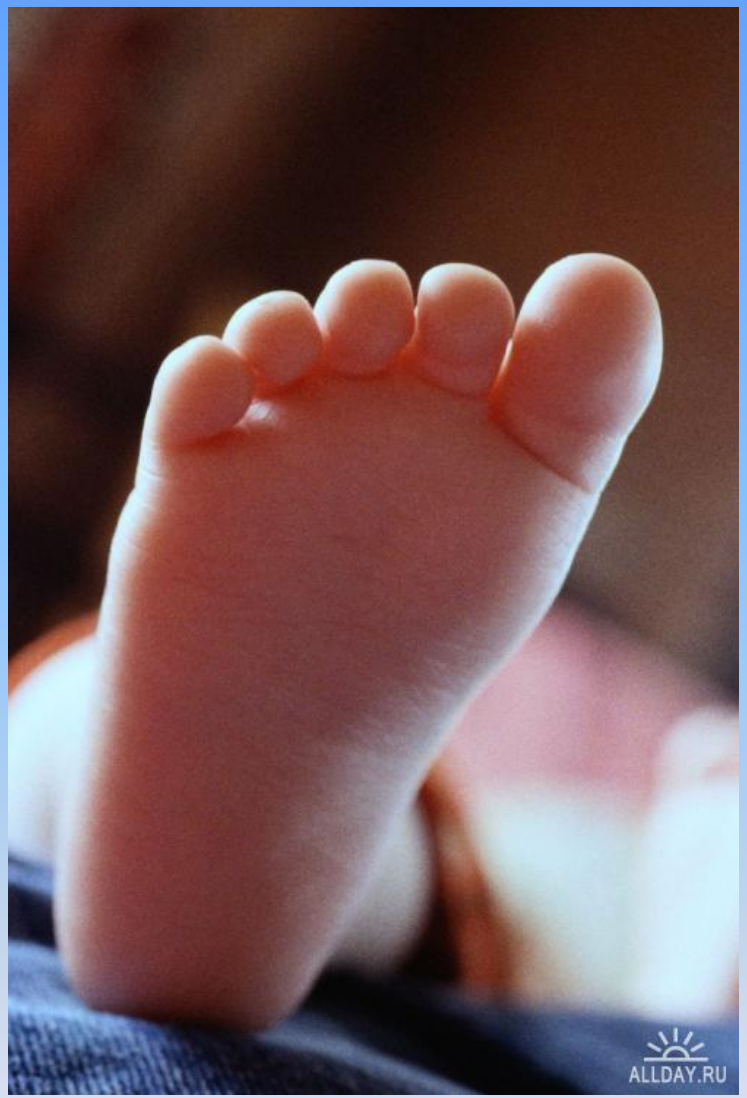
Введение

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.

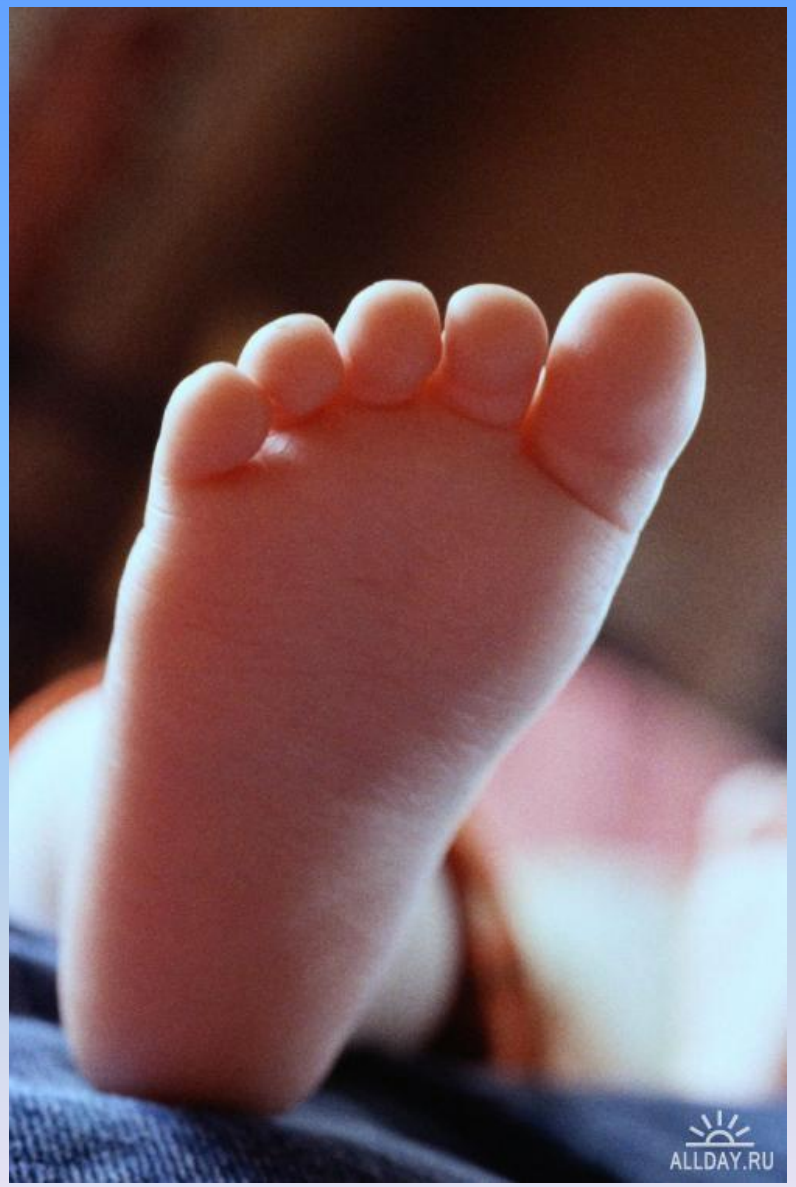


рис. Х-образная установка стоп

рис. Стопы "завалены" вовн

Страна Мам

Нога здорового ребенка

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 надпятковой 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-stopa-u-rebyonka.html
3. http://bticino.com.ru/gigiena-detej