

## **Buty z profilowaną wkładką – czy to dobre rozwiązanie dla dzieci z płasko-koślawością stóp?**

Buty z wkładką ze wzniesieniem po przyśrodkowej stronie zmuszają stopę do ustawienia się na zewnętrznym brzegu. W przypadku, gdy dziecko ma płasko-koślawość stóp może wydawać się to dobrym rozwiązaniem, ale czy na pewno?



### Co powoduje wyprofilowana wkładka w bucie?

- prawidłowe przetoczenie stopy przez kość skokową, I kość klinową i I kość śródstopia w trakcie chodu staje się niemożliwe;
- stopa ustawia się w supinacji przez co trening mięśni pronujących jest utrudniony;
- nieprawidłowe przetoczenie stopy w trakcie chodu uniemożliwia kształtowanie się podłużnego łuku stopy;
- stopa staje się mniej aktywna;
- przyśrodkowy nacisk na napięte rozciągnięto podeszwy w trakcie chodu powoduje zmniejszenie zakresu ruchu zgięcia grzbietowego oraz ruchu w stawie śródstopno-paliczkowym palucha<sup>1</sup>.

Ponadto należy ustalić przyczynę nieprawidłowego ustawienia stóp, ponieważ jeżeli występuje np. ograniczenie rotacji, czy odwiedzenia w biodrze lub inne nieprawidłowości w stawach powyżej, wtedy stosowanie wkładek nie ma sensu.

**Podsumowując wkładki z wyprofilowanym brzegiem przyśrodkowym tylko maskują problem płasko-koślawości stóp, dodatkowo jeszcze osłabiają krótkie mięśnie stopy, które powinniśmy trenować.**

---

<sup>1</sup> B. Zukunf-Huber, Trójpłaszczyznowa manualna terapia wadu stóp u dzieci, Wrocław 2020, s. 239.