**«Особенности методов физиотерапии при плоскостопии у детей»**

**Детское поликлиническое отделение №12 СПб ГБУЗ ГП37**

**Главной причиной развития** плоскостопия является слабость мышц и связок стопы и голени, особенно в сочетании с повышенными нагрузками (избыточным весом, стоячим образом жизни, ношением неправильной обуви – узкой, тесной, на высоком каблуке). Эти факторы приводят к развитию наиболее распространенной формы заболевания – статического плоскостопия, которое нередко сопровождается вальгусной деформацией стопы и подошвенным фасцитом.

**К факторам** развития статического плоскостопия относятся также сидячий образ жизни, недостаточная физическая активность, врожденная предрасположенность (слабость связочного аппарата).Кроме того, плоскостопие может быть спровоцировано травмой стопы и голеностопного сустава. По мере развития заболевания оно проявляется болями (причем не только в стопе, но и в коленях, бедрах, спине), изменением походки, осанки, нарушением равновесия. Со временем плоскостопие может привести к образованию вросшего ногтя, косточки стопы, пяточной шпоры, деформации коленных суставов и другим осложнениям. Плоскостопие может быть врожденным или приобретенным. Врожденная форма развивается ещё во внутриутробном периоде. Деформация в таком случае диагностируется опытным специалистом ещё в раннем возрасте.

В комплексном лечении при плоскостопии часто применяются физиотерапевтические процедуры, воздушные ванны; компрессы; иглоукалывание; водо- и грязелечение; баротерапия (воздействие давлением); применение холода и тепла; механическое воздействие (массаж, лечебная физкультура, мануальная терапия); криотерапия и миостимуляция; электрическое и электромагнитное воздействие. **Физиотерапия помогает** в достижении большего **эффекта при лечении** деформаций стопы у детей. Это самый безопасный метод лечения на сегодняшний день.

**Цель** физиотерапии при плоскостопии — притормозить развитие дальнейшей патологии. Физиотерапевтические процедуры улучшают кровообращение, укрепляют мышцы и связки, способствуя правильному формированию стопы.

**Существует** немало **противопоказаний** к проведению физиотерапевтических процедур, такие как повышенная температура, кожные заболевания и другие. Поэтому при назначении врачом физиотерапевтом учитываются все нюансы состояния здоровья пациентов.

**Мы желаем Вам здоровья!**

Заведующая отделением

физиотерапии и

восстановительного лечения

ДПО№12 ГП№37

врач физиотерапевт

Капасакалиди Д.Ф.