# Мирзоева З.А., Зарипова И.И., Давлятова Д.Д.

Выявление плоскостопия в практике семейного врача

# Кафедра семейной медицины ТИППМК

Ключевые слова: плоскостопие, плантограмма, семейный врач, профилактика.

Актуальность

Среди ортопедической патологии плоскостопие наблюдают в 26,4% случаев, а среди деформаций стоп оно занимает первое место, составляя 81,5% [1]. Многие врачи считают физиологической нормой плоскостопие у детей. Однако боли в нижних конечностях, быстрая утомляемость, развитие в дальнейшем деформирующего артроза суставов стопы нередко приводят к снижению трудоспособности и даже к инвалидности, а молодые люди подчас становятся непригодными к несению военной службы. С поражением костей плюсны связано лишь травматическое плоскостопие, а основные причины плоскостопия – это нарушения в вышележащих отделах опорно-двигательного аппарата (укорочение ахиллового сухожилия, пронация в подтаранном суставе). В результате суставы становятся слишком подвижными, что нарушает опорную функцию и мешает нормально отталкиваться от земли во время ходьбы. Повышается утомляемость мышц ног, возникают вальгусная деформация большого пальца и молоткообразные пальцы. Кроме изменений в стопе, избыточная пронация может вызвать боль по передней поверхности голени при физической нагрузке, тендинит, хондромаляцию надколенника и хроническую боль в пояснице [2]. К плоскостопию могут вести различные врожденные и приобретенные заболевания, нарушающие биомеханику стопы за счет слабости или спастичности мышц.

Цель работы

Оценить профилактическую работу семейного врача в области выявления и лечения плоскостопия.

Материал и методы исследования

Карты амбулаторных пациентов 239 подростков, прошедших профилактический осмотр у семейного врача в связи с достижением 15-летнего возраста.

Семейный врач должен владеть навыками выявления плоскостопия применением плантограммы. Всем пациентам, особенно в детском и подростковом периодах, во время профилактических осмотров необходимо делать плантограмму.

Для получения плантограммы (отпечатка стопы) необходимо:

* сесть на стул, высота которого такова, что углы в тазобедренных и коленных суставах тестируемого были равны 90°;
* нанести на подошвенную поверхность стопы гуашь или йод;
* аккуратно поставить ноги на лист бумаги (Формат А4), лежащий на полу перед тестируемым;
* встать, равномерно распределяя вес на обе стопы, и задержаться в этом положении несколько секунд;
* определить степень продольного плоскостопия;
* от центра отпечатка пятки провести линию до межпальцевого промежутка третьего и четвертого пальцев;
* обозначить наиболее выступающие точки внутреннего контура стопы в передней и пяточной областях и соединить их касательной АК;
* к центру касательной восстановить перпендикуляр до пересечения с первой линией;
* полученный отрезок разделить на три равные части. Нумерация начинается от внутренней части отпечатка к наружной.
* I степень плоскостопия - внутренний контур отпечатка попадает на первый интервал;
* II степень плоскостопия - внутренний контур отпечатка попадает на второй интервал;
* III степень плоскостопия - внутренний контур отпечатка попадает на третий интервал (рис.).



Результаты исследований и их обсуждение

В 2009 году семейными врачами было осмотрено 239 подростков: 117 юношей и 122 девушки. Проведена плантограмма только 13 подросткам: 9 юношам и 4 девушкам. У 10 подростков, кому была сделана плантограмма, выявлено плоскостопие: 1ст. у 4-х; 2ст.у 4-х; 3 ст. у 2-х подростков (здоровых 3, что составило 23%). Среди оставшихся без плантографического исследования нами выборочно 47 подросткам оно было проведено в домашних условиях. Выявлены всего 16 (34%) здоровых подростков. У остальных 31 обнаружено плоскостопие различных степеней (66%).

1ст.- 13 подростков (28%): юношей – 9 и девушек - 4

2 ст.- 15 подростков (32%) юношей – 9 и девушек - 6

3 ст.- 2 подростков (4,0%) юношей – 2 и девушек - 0

4 ст.- 1 подросток (2,0%). юношей – 0 и девушек – 1.

Во время профилактического осмотра в военном комиссариате дополнительно еще у 19 юношей было выявлено плоскостопие различной степени.

Лечение плоскостопия по возможности должно начинаться с устранения его причины; при нефиксированном плоскостопии с самого начала следует применять супинаторы. При небольших врожденных деформациях супинаторы следует носить с 5 лет, даже в отсутствие плоскостопия. Не следует рассчитывать на то, что супинатор устранит деформацию стопы. Это симптоматическое лечение, направленное на поддержку ослабленного свода стопы и облегчение ходьбы [2].

Ортопедическую обувь делают по индивидуальному заказу или изготавливают на фабрике и потом подгоняют по ноге. Основная цель такой обуви – обеспечить нормальное функционирование стопы. Различают мягкие, полужесткие и жесткие супинаторы. Эталоном в лечении плоскостопия считаются жесткие супинаторы: они обеспечивают надежную фиксацию стопы, резко ограничивая как пронацию, так и супинацию.

Операция требуется лишь в наиболее тяжелых случаях.

Каждый семейный врач должен владеть данным практическим навыком для своевременного выявления признаков плоскостопия.

Литература

1. Котельников Г.П., Миронов С.П., Мирошниченко. Травматология и ортопедия. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2009. С. 370 – 377.

2. Джон Нобель. Общая врачебная практика; Пер. с англ. М.: Практика, 2005. Кн. 3. С. 1147 – 1166.

# Мирзоева З.А., Зарипова И.И., Давлятова Д.Д.

# Выявление плоскостопия в практике семейного врача

Ключевые слова: плоскостопие, плантограмма, семейный врач, профилактика.

Метод плантограммы является простым, доступным, дешевым методом. Каждый семейный врач должен владеть данным практическим навыком для своевременного выявления и предупреждения развития плоскостопия и его осложнений, вовремя направить к специалисту и дать правильные рекомендации.

# Мирзоева З.А., Зарипова И.И., Давлятова Д.Д.

# Дарефткардани паҳмпои дар таҷрибаи духтури оилави

Калимаҳои калиди: паҳмпои, плантограмма, духтури оилавӣ, профилактика.

Плантограмма методи осон, арзон ва дастрас мебошад. Ҳар як духтури оилавӣ бояд бо асосҳои ин метод шунос бошад, онро иҷро карда тавонад. Ба ин усул дуруст баҳо додан барои пешгирии оризаҳои паҳмпои ери мерасонад, ки духтури оилавӣ дар вақташ ба бемор таинотҳои дуруст диҳад ва барои маслиҳат ба назди мутахассис равона кунад.

# Mirzoyeva Z. A., Zaripova I.I., Davlyatova D.D.

# Detection of flat in the practice of family doctors

Key words: flat, plantogramma, family doctor, prevention.

Plantogrammy method is simple, affordable, cheap technique. Every family physician should possess this practical skill to detect and prevent the development of flatfoot and its complications, while referred to a specialist and give correct advice.