Плоскостопие у детей особенности заболевания, причины и лечение



**Плоскостопие у детей** – изменение конфигурации скелета стопы, связанное с уплощением ее сводов и приводящее к нарушению механики ходьбы. Плоскостопие у детей проявляется утомляемостью, болями в ногах при движении и статической нагрузке, отечностью и деформацией стопы, изменением походки, затруднением ходьбы. Диагноз плоскостопия у детей устанавливается на основании клинического осмотра, данных плантографии, подометрии и рентгенографии стоп. Для лечения плоскостопия у детей используются консервативные методы (массаж, лечебная гимнастика, физиотерапия, наложение гипсовых повязок и ортезов); оперативное вмешательство проводится в крайних случаях.

## Причины плоскостопия у детей

Плоскостопие у детей может развиваться по различным причинам. Врожденное плоскостопие у детей наблюдается при внутриутробном недоразвитии костей, мышц, связок и сухожилий голени и стоп. Приобретенное плоскостопие у детей также развивается на фоне врожденной недостаточности соединительной ткани и может сочетаться с добавочной хордой в сердце, перегибом желчного пузыря, [близорукостью](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/ophthalmology/nearsightedness) и др. В формировании плоскостопия у детей большое значение имеет наследственный фактор - наличие этой патологии у близких родственников.

Плоскостопие у детей может быть вызвано слабостью мышечно-связочного аппара­та стопы, не выдерживающего большие нагрузки; поражением костно-мышечной системы при рахите; неправильно сросшимися переломами лодыжек, плюсневых, пяточной и таранной костей; параличом или парезом мышц голени и стопы (в т.ч. после [полиомиелита](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/children/poliomyelitis)); неврологической патологией ([энцефалопатией](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/zabolevanija_neurology/dyscirculatory-encephalopathy)).

Возникновению статического плоскостопия у детей способствуют ношение неправильно подобранной обуви (тесной, разношенной, на толстой подошве), избыточный вес и [ожирение](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/zabolevanija_endocrinology/obesity), длительная непрерывная ходьба или стояние. Часто плоскостопие развивается у детей с [плосковальгусной деформацией стоп](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/children/valgus-foot-deformity).

## Симптомы плоскостопия у детей

В большинстве случаев врожденного плоскостопия у детей поражается одна стопа, которая имеет вид качалки или «пресс-папье» с выпуклой подошвой и уплощенной, даже вог­нутой тыльной стороной. Отмечается пяточная установка стопы, резкая пронация с отведением пальцев кнаружи. С появлением статической нагрузки врожденное плоскостопие усугубляется и закрепляется.

У детей 6-7 летнего возраста плоскостопие проявляется быстрой утом­ляемостью при ходьбе и стоянии, стаптыванием обуви по внутреннему краю подошвы и каблука. Клиническими симптомами приобретенного плоскостопия у детей являются ноющие боли в области стопы, усиливающиеся после длительного пребывания на ногах; отечность стоп к вечеру, утомляемость при ходьбе.

Выделяют три степени продольного плоскостопия у детей, определяющиеся по степени деформации стопы. При I степени высота свода стопы составляет 25-35 мм, видимая деформация стопы отсутствует. При II степени - высота свода от 25 до 17 мм, уплощение стопы видно невооруженным глазом; плоскостопие у детей проявляется нарастанием болей в стопе, голеностопном суставе и икроножных мышцах, затруднением ходьбы. Изменяется форма стопы – увеличивается ее длина, расширяется средняя часть, походка становиться тяжелой и неуклюжей; у детей отмечается быстрая общая утомляемость. Плоскостопие III степени характеризуется резко выраженной деформацией стопы, снижением высоты свода менее 17 мм, постоянными болями в ногах и пояснице, головными болями, невозможностью ходьбы в обычной обуви.

Плоскостопие служит причиной искривления пальцев стопы, появления [мозолей](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/zabolevanija_dermatologia/clavus), формирования у ребенка [нарушений осанки](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/children/incorrect-posture) ([сколиоза](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/traumatology/scoliosis)) и болезней позвоночника ([остеохондроза](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/zabolevanija_neurology/osteochondrosis), грыжи межпозвонковых дисков), развития [деформирующих артрозов](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/rheumatology/deforming-osteoarthrosis), воспаления менисков и т. д.

## Лечение плоскостопия у детей

Плоскостопие у детей – прогрессирующее заболевание, и чем раньше начато его лечение, тем эффективнее результаты. Лечение врожденного плоскостопия начинают с первых недель жизни ребенка, что позволяет устранить все компоненты деформации стопы. При врожденном плоскостопии у детей проводится специальная лечебная гимнастика, [массаж мышц стопы](https://www.krasotaimedicina.ru/treatment/local-massage/leg) и голени; осуществляется удержание стопы в правильном положении с помощью бинтования, наложения этапных [гипсовых повязок](https://www.krasotaimedicina.ru/treatment/soft-fixation-bandages/), ночных ортезов (с 6 месячного возраста). При усугублении проявлений плоскостопия у детей выполняют операцию подтаранного артроэреза.

У детей младшего возраста исключаются мягкая обувь (валенки, резиновые сапоги, чешки); рекомендуется ношение ботинок с твердой подошвой и небольшим каблучком, хорошо фиксирующих голеностопные суставы.

При плоскостопии у детей старшего возраста показано ношение ортопедической обуви со стелькой–супинатором, приподнимающим опущенный свод и возвращающим стопу в правильное положение.

Устранению плоскостопия у детей способствует [гидромассаж](https://www.krasotaimedicina.ru/treatment/bath-local/foot-hydromassage), контрастные [ножные ванны](https://www.krasotaimedicina.ru/treatment/bath-local/foot), [парафиновые](https://www.krasotaimedicina.ru/treatment/thermotherapy/paraffinotherapy), [озокеритовые](https://www.krasotaimedicina.ru/treatment/thermotherapy/ozokeritotherapy) и [грязевые аппликации](https://www.krasotaimedicina.ru/treatment/mud-therapy/) на область ступней, [магнитотерапия](https://www.krasotaimedicina.ru/treatment/magnetotherapy/). В отсутствии эффекта коррекции применяют гипсовые по­вязки и лонгеты; в тяжелых случаях комбинированного плоскостопия возможны [оперативные вмешательства](https://www.krasotaimedicina.ru/treatment/operations-foot/) на костях и мягких тканях стопы и голени. Оптимальный возраст для хирургического лечения плоскостопия у детей составляет 8-12 лет.