

Stopa wydrążona

Stopa wydrążona — charakteryzuje się nadmiernym wysklepieniem w odcinku między guzem piętowym a głowami kości śródstopia, przy równoczesnym skróceniu tego odcinka. Przyczyną wady są zaburzenia mięśniowe, najczęściej wynikające z wrodzonych nieprawidłowości w dolnym odcinku rdzenia kręgowego, którym często towarzyszy rozszczep kręgosłupa. Nadmiernemu wysklepieniu stopy towarzyszy szponowate ustawienie palców i skrócenie rozciągną podszwowego. Zniekształcenie powoduje skrócenie stopy. Wadę dostrzega się zwykle około 10–14 roku życia, kiedy zniekształcenie stopniowo się nasila. Zwykle przed ukończeniem wzrostu pojawiają się bóle stóp, których przyczyną jest przeciążenie pięty oraz główek kości śródstopia, pod którymi tworzą się dokuczliwe modzele (odciski).

Dodatkowym czynnikiem, który może pogłębiać wadę, są za ciasne (zbyt krótkie) skarpetki i obuwie. Wada ta staje się zauważalna przy badaniu w pozycji siedzącej (tj. w odciążeniu stopy), a zwłaszcza przy czynnym grzbietowym zgięciu stopy. Oprócz masażu i biernego rozciągania w leczeniu stosuje się także ćwiczenia wzmacniające mięśnie przeciwstawne, terapię manualną oraz obuwie lub wkładki ortopedyczne unoszące sklepienie poprzeczne stopy i korygujące ustawienie kości stępu. W wybranych przypadkach pomocne są ortezy nocne; przy postępujących lub bardzo nasilonych zniekształceniach rozważa się leczenie operacyjne.