

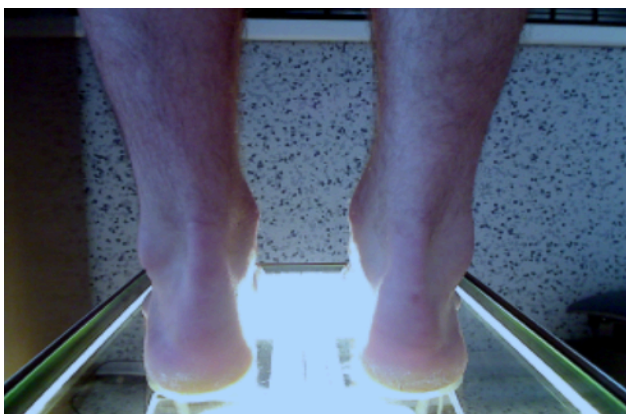
Pes Cavus - lukovitá noha



Tlačí Vás obuv v oblasti nártu nebo patní kosti? Máte problémy najít pro Vás správnou a pohodlnou obuv? Když bosým mokřým chodidlem došlápnete na zem, Váš otisk se mezi prstní a patní částí nepropojí? Možná máte vysokou až lukovitou nohu. Přestože jedinců s diagnózou "příliš vysoké nohy" je v populaci do 8% v naší praxi tvoří téměř polovinu klientů. Proč tomu tak je a co pro tyto klienty můžeme udělat se dočtete v následujícím článku....

1. Co je pes cavus

Pes Cavus je stav, který je charakterizován abnormálně vyklenutou podélnou klenbou nožní, přičemž předonožní a pata se zároveň mohou vtáčet dovnitř. Otisk nohy na podložce není celistvý - je uprostřed přerušen, střed nohy zůstává trvale na zevní straně zvýšen a podložky se nedotkne. Oblast hlaviček nártních kostí je přetížená, postiženému se tvoří



otlaky, případně vředy. **Chodidlu chybí přirozené pružení paty při došlapu a měkké odpružení podélné klenby.** Ta v první fázi došlapu proklesne a tím tlumí první část došlapové fáze kroku. Chodidlo je po celou dobu oporové fáze kroku více zatěžováno přes vnější hranu chodidla.

Nadměrně klenutá podélná klenba je dále charakterizována těmito aspekty:

- Svislejší postavení patní kosti, které často přispívá ke **vzniku patních ostruh** a nadměrnému zatěžování **Achilovy šlachy**.
- Strmější postavení nártu může vést k nadměrnému **přetěžování kloubů příčné klenby**.
- Přetížení tkáňových struktur chodidla může vést k bolestem v oblasti podélné klenby a zároveň neumožňuje plynulé odvinutí chodidla, které vede k efektivnímu odrazu.
- Přetížení příčné klenby může vést ke **vzniku kladívkových prstů**.
- Snížená pohyblivost paty vede k nedostatečné přizpůsobivosti chodidla na nerovný terén.

Na všechny odchylky, související s diagnózou Pes Cavus se tělo daleko hůře adaptuje než na odchylky u nohy oploštělé, málo klenuté nebo lehce vbočené. Lidé trpící

abnormálně klenutou podélnou klenbou jsou náchylnější k **podvrtnutí kotníku** či k **natržení šlach** plosky i lýtka.

2. Příčiny vzniku pes cavus

- (1) Jedná se o vrozenou typologii nohy.
- (2) Jde o vedlejší projev svalové nerovnováhy vznikající při vrozených i získaných neurologických onemocněních např. u onemocnění Charcot Marie Tooth nebo Friedreichova choroba apod.

3. Vyšetření

Nejčastější příčinou návštěvy klientů [v naší klinické praxi](#) při obtížích spojených s příliš vysokou podélnou klenbou nožní jsou přetrvávající bolesti.

Takto postiženému pacientovi standardně nabídneme komplexní vyšetření, na základě kterého stanovíme nejen stupeň přílišné klenutosti ale i stupeň dalších souvisejících odchylek, jako je například míra vbočení nebo vybočení pat, předonoží, kotníků, kolen i kyčlí.

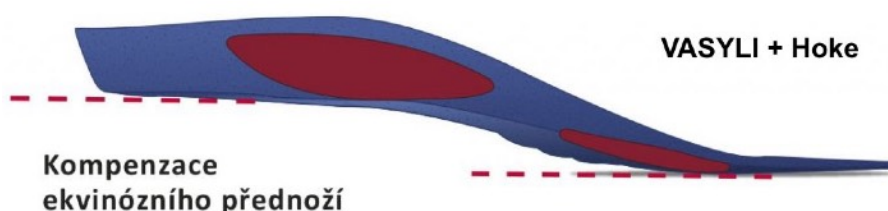
Teprve až na základě detailní diagnostiky navrhujeme léčebná opatření.

Léčebný postup:

V rámci léčebných postupů je nejefektivnější kombinovat ortotická opatření s pohybovou a fyzikální terapií.

1. Ortotické řešení

Nošení ortopedických vložek přizpůsobených svou konstrukcí k řešení problémů spojených s vysokou nohou.



Nošení ortopedických vložek přizpůsobených svou konstrukcí k řešení problémů spojených s vysokou nohou. Tyto stélky musí konstrukčně zajišťovat následující ortotickou podporu:

- A. tlumení v oblasti paty,
- B. stabilní patní miska,
- C. podélná klenba soustředěná uprostřed nohy,
- D. zvýšené laterální labrum (zevní stabilita stélky),
- E. odlehčení pod hlavičkami metatarzálních kloubů.

Náš e-shop nabízí několik vhodných stélek pro řešení diagnózy Pes Cavus, jako jsou například [Vasyli Medical + Hoke](#) nebo [FootWave Support](#).

Případnou individuální doupravu stélek navrhuje lékař ortoped, protetik-ortotik nebo fyzioterapeut s rozšířenou specializací na terapii nohy.

Konstrukční prvky individuálních zdravotních stélek [VASYLI + Hoke](#):



VASYLI + HOKE

VHODNÉ V PŘÍPADECH KAVÓZNÍHO TYPU NOHY

Brian Hoke, DPT, získal diplom v oblasti fyzioterapie na Univerzitě Indiana a titul doktora fyzioterapie na Bostonské univerzitě.

2. Pohybové řešení:

- pohybové prvky na "křivost" dolních končetin, které indikuje terapeut,
- pohybové prvky vedoucí k nastolení lepší svalové rovnováhy mezi lýtkovými a holenními svaly, které indikuje terapeut,
- měkké autoterapeutické techniky na oblast lýtky a plosky:
 - ruční masáže,
 - akupresurní masáže,
 - chůze či stoj po mechanoreceptivně podnětných površích.

3. Fyzikální terapie:

- vysokovýkonný laser na oblast plosky i lýtky,
- rázová vlna na oblast plosky i lýtky,
- radiofrekvenční terapie na oblast plosky i lýtky.

4. Systémová opatření

Za naprosto zásadní, pro snížení obtíží spojených s příliš vysokou klenbou, lze považovat **vhodný výběr obuvi**. Ta by měla vykazovat následující prvky:

- A. Vyšší patní drop (výše postavená pata než špička). Módní plochá nízká obuv se jeví pro pacienty s diagnózou Pes Cavus jako velmi nevhodná.
- B. Nedráždivý, vertikálně postavený opatek u používané obuvi.
- C. Obuv vykazující "shockabsorbční" - tlumící prvky.

V naší nabídce tyto aspekty velmi dobře naplňuje například model [VIONIC REVIVE](#).

