

Āķveida pirksti



Šī ir deformācija, kad pirksts saliekts otrajā starpfalangu locītavā. Pirksta gals atbalstās uz apava zoli un traumējas staigājot un stāvod.

Iemesli

Āķveida pirkstu deformācija saistīta ar muskuļu tonusa disbalansu, kas palielinās pie fiziskām slodzēm. Cilvēkiem, kuriem darbs saistīts ar lielu slodzi uz kājām un sportistiem šādu deformāciju parādīšanās iespējama biežāk. Šo problēmu pastiprināšanās iespējama, ja tiek lietoti apavi ar šauriem purngaliem. Viens no šādu deformāciju iemesliem var būt arī artrīts.

Ārstēšana

Konservatīvās ārstēšanas mērķis ir saglabāt kustību apjomu locītavās, atvieglot sāpes un optimizēt slodzes sadalījumu atbalsta laikā.

Pirkstu traumatizācijas novēršanai rekomendēti apavi ar platu un augstu purngalu. Citas metodes ietver sevī gēla palīglīdzekļu lietošanu pirkstu aizsardzībai un zolītes ar atslogojošiem elementiem pēdas priekšdaļai.