療程項目: 義大利足壓檢測儀

[介紹]

根據歐洲百萬進口儀器檢測結果，提供**專業的鞋墊評估**，使您的步態更穩定、舒適，同時減輕腳部、腰部負擔。

足弓是人體的地基，扁平足、拇指外翻等都是地基塌陷的表徵，人體在站姿、走路時就會因為足弓塌陷而造成損傷。許多姿勢不良如骨盆前傾、胸椎後凸、骨盆後傾、脊椎側彎、骨盆歪斜、X型退、O型腿、XO型腿、或是腰痠背痛、椎間盤突出等問題，都來自於足弓問題。與其等到退化性膝關節炎、腿型歪斜、假胯髖等問題產生，建議先將地基打穩，足弓支撐札實，每一步都可以使用正確的肌肉發力，而不是去磨損關節。

另外在小朋友的成長歷程中，也會有足弓發展較慢的問題，建議在黃金成長期７歲以前矯正，未來在成長過程中的足弓張力會建立的更完整。

[目的]

◦**了解足弓狀況**：足壓檢測可以顯示足弓是否塌陷（扁平足）或過高（高足弓）。

◦**評估步態**：透過足壓分佈，可以分析行走時的重心是否正確，是否有內八或外八等問題。

◦**找出下肢痠痛原因**：足壓檢測可以揭示足部壓力分佈不均的問題，這可能導致小腿、膝蓋、髖關節甚至腰背的疼痛。

[如何進行足壓檢測]

◦**觀察鞋底磨損**：

▪鞋底前側磨損可能表示重心偏前，身體可能會有骨盆前傾、下背疼痛等問題。

▪鞋底內側磨損可能表示足弓塌陷。

◦**專業足壓檢測儀器**：唯心運動物理治療所提供專業的足壓檢測服務，可以更精確地分析足部壓力分佈。

[足壓檢測結果的意義]

◦**扁平足**：足弓塌陷會導致腳底疼痛、長期站立不適，甚至影響步態，也可能引發膝蓋、臀部和腰部的負擔。

◦**高足弓**：高足弓會使腳跟和前腳掌承受過多壓力，造成走路時容易疼痛，也可能引起足底筋膜炎、踝關節不穩定等問題。

◦**足外翻**：足外翻（足弓塌陷）是造成假胯寬的其中一個原因。

◦**拇指外翻**：足壓檢測可以幫助了解拇指外翻的原因，並提供客製化鞋墊等解決方案。

◦**骨盆前傾**：足部問題（例如：鞋底前側磨損）可能與骨盆前傾有關。

[唯心運動物理治療所提供的足壓檢測服務特色]

◦**客製化鞋墊**：針對足弓問題，唯心提供客製化鞋墊，以提供足弓支撐，改善扁平足問題。

◦**專業評估**：物理治療師會根據足壓檢測結果，評估您的足部狀況和下肢力學。

◦**制定治療計畫**：根據評估結果，制定個人化的治療計畫，可能包含肌肉放鬆、肌力訓練、姿勢矯正等。

◦**運動指導**：物理治療師會指導您進行足部和下肢的肌力訓練，以改善足部穩定性、調整步態。