

اصول علمی کفش طبی

کاربردها، بایدها و نبایدها...

نویسنده:

دکتر محمدهادی نورائی

هیأت علمی گروه ارتوپدی دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

Email: nouraei@med.mui.ac.ir

ویراستار علمی:

دکتر فرهاد نورائی

دانشگاه بین المللی آزاد اسلامی واحد خوراسگان، اصفهان

سرشناسه

: نورائی، محمدهادی، ۱۳۳۳ -

عنوان و نام پدیدآور

: اصول علمی کشف طبی کاربردها، بایدها و نبایدها.../ مولف محمدهادی نورائی؛ ویراستار علمی فرهاد نورائی.

مشخصات نشر

: اصفهان: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان اصفهان، ۱۳۹۳.

مشخصات ظاهری

: ۱۲۰ ص: مصور.

شابک

: 978-964-524-554-0

وضعیت فهرست نویسی

: فیپا

یادداشت

: طی تماس با ناشر تاریخ تولد محمدهادی نورائی ۱۳۳۳ میباشند. با تشکر

یادداشت

: در تاریخ ۹/۲۹ تماس گرفته شد هر دو خط تلفن خراب بود.

یادداشت

: تاریخ تولد نویسنده صحیح نیست لطفا مجددا گرفته شود

موضوع

: ارپا - کشفها

شناسه افزوده

: نورائی، فرهاد، ۱۳۴۷ - ویراستار

شناسه افزوده

: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان اصفهان

رده بندی کنگره

: RD ۱۷۳ ۳۹۳ ۵۷۱/

رده بندی دیویی

: ۵۰۵۰۶/۶۱۷

شماره کتابشناسی ملی

: ۳۶۸۴۴۰۶



سازمان بهداشتی و درمانی

نام کتاب: اصول علمی کشف طبی - کاربردها، بایدها و نبایدها...

نویسنده: دکتر محمدهادی نورائی

ویراستار علمی: دکتر فرهاد نورائی

ناشر: دانشگاه علوم پزشکی اصفهان با همکاری انتشارات مانی

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۵۲۴-۵۵۴-۰

تعداد صفحات: ۱۱۹

قطع: وزیری

نوبت چاپ: اول

تاریخ چاپ: زمستان ۱۳۹۳

تیراژ: ۱۰۰۰

قیمت: ۹۴۰۰ تومان

کلیه حقوق برای دانشگاه علوم پزشکی اصفهان محفوظ است.

آدرس: دانشگاه علوم پزشکی اصفهان - ص.پ. ۳۱۹-۸۱۷۴۵

E-mail: publications@mui.ac.ir <http://publications.mui.ac.ir>

دورنما: ۰۳۱-۳۶۶۸۵۷۶۳ تلفن: ۰۳۱-۳۷۹۲۳۰۶۶-۷

مرکز کتاب دانشگاه: ۰۳۱-۳۶۶۸۳۴۰۵

فهرست مطالب

۸	پیش‌گفتار.....
۹	مقدمه.....
۱۱	تاریخچه کفش.....
۱۹	فصل اول کفش‌ها چه می‌گویند؟.....
۲۰	کفش‌ها چه می‌گویند؟.....
۲۱	Biomechanic of the Foot: بیومکانیک پا.....
۳۰	در جریان راه رفتن، زمال، چه عضلاتی فعال هستند؟.....
۳۰	مراحل سیکل راه رفتن نرمال چگونه است؟.....
۳۲	کفش طبی در کمر درد.....
۳۴	آیا کمردرد با منشا هرمنی در زمال می‌تواند باعث اسپرین و پیچش میچ پا گردد؟.....
۳۴	کفش طبی در افراد چاق.....
۳۵	کفش طبی در استئوآرتریت زانو.....
۳۶	کفش‌های کتانی و پارچه‌ای.....
۳۷	کفش اسکی.....
۳۸	چه مکانیسم‌هایی برای ثبات (Stabilization) دارند؟.....
۴۱	فصل دوم آیا کفش طبی، ارتوز محسوب می‌شود؟.....
۴۲	کفش ارتوبدی.....
۴۳	تفاوت ارتوز با آتل یا بست یا Splint چیست؟.....
۴۴	اهداف ارتوزها.....
۴۶	ارتوزهای پا کدامند؟.....
۵۳	شرح حال و معاینه فیزیکی.....
۵۴	تجویز ارتوز (Orthoses) یا کفش، کدام بهتر است؟.....
۵۵	اجزای کفش طبی.....
۵۶	وظایف کفش طبی.....
۵۷	کفش‌های طبی در کودکان و نوجوانان.....
۵۸	مزایا و محاسن کفش با عمق اضافه.....
۵۸	راحتی کفش، سلامت فرد.....
۵۹	عوارض کفش پاشنه بلند.....
۶۱	آناتومی کفش.....
۶۲	فاکتورهای موثر بر ساختار کفش.....
۶۳	کفش‌های تطبیق یافته.....

۶۴	اصول اندازه‌گیری (Fitting) کفش
۶۶	قالب‌ها (Lasts) و سایز کفش
۶۹	فصل سوم چگونگی تجویز کفش، چه کفشی بپوشیم؟
۷۰	کفش ورزشکاران
۷۱	کفش و اصلاح کوتاهی اندام تحتانی
۷۲	کفش جهت جبران کوتاهی اندام
۷۴	کفش طبی در بیماری پرتس-خار پاشنه-صافی کف پا
۷۴	نسخه نویسی و حیج و علمی کفش طبی
۷۴	کفش طبی در پای ببری
۷۵	مشکلات بریس
۷۶	نقاط استخوانی در تجویز رتوزها
۷۷	چرا دانستن تجویز انواع کفش علمی-تغییرات اصلاحی آن برای پزشک متخصص ضروری است؟
۷۷	کفش طبی در پای چنبری یا کلاپ فوت چهار سؤال چهار پاسخ
۷۷	چرا High Topped Shoe؟
۷۸	چرا Straight Last؟
۷۸	چرا Open Toe Box؟
۷۹	چرا تا بلوغ اسکلتی؟
۸۱	فصل چهارم کاربرد کفش
۸۲	کفش طبی در Intoeing Gait
۸۵	کفش طبی در صافی کف پا (Flat Foot)
۸۶	علل درد پا هنگام راه رفتن کودکان و نوجوانان
۸۷	کفش طبی در شکستگی- در رفتگی‌های مچ پا و کف پا
۸۷	کفش طبی بعد از شکستگی‌های کالکانئوس
۸۸	کفش طبی در شکستگی‌های تارسال و متاتارسال
۸۸	کفش طبی در دردهای پاشنه
۸۹	نکاتی که قبل از تجویز ارتوز باید به آن دقت نمود
۹۰	کفش‌ها و ارتوزهای اطفال
۹۲	کفش طبی در آسیب‌های بافت نرم Soft Tissue Injuries
۹۲	کفش طبی در پیچیدگی مچ پا (Ankle Sprain)ها
۹۳	انواع پیچیدگی مچ پا
۹۴	کفش طبی در افراد مسن
۹۵	کفش در پای دیابتی Diabetic Foot

۹۵	کفش در قطع ناکامل پا.....
۹۶	توصیه برای پای دیابتی.....
۹۷	کفش در کوتاهی‌های اندام تحتانی.....
۹۸	کفش طبی در پای طاووسی Pes Cavus Deformity.....
۹۹	کفش طبی در متاتارسالژیا، هالوکس والگوس، هالوکس ریجیدوس.....
۱۰۰	کفش طبی در استئوآرتریت زانو.....
۱۰۱	کفش در بیماران، نوروپاتی و اختلالات عروقی.....
۱۰۲	کفش‌های چرخ (Roller Shoes).....
۱۰۳	کفش در قوع انگشتان پا و آمپوتاسیون‌های اندام تحتانی.....
۱۰۵	فصل پنجم تغییرات کفش
۱۰۶	تغییرات خارجی کفش.....
۱۰۶	انواع راکرها.....
۱۱۰	کفش‌های تخت و بدون پاشنه.....
۱۱۱	انواع پاشنه‌ی فلزی (Shank).....
۱۱۱	کفش‌های آینده.....
۱۱۵	منابع.....

پیش‌گفتار

تحولات علوم از آغاز تا به امروز نتیجه تلاش، از خودگذشتگی و نبوغ انسان‌هایی بوده است که غالباً با تحمل سختی‌ها و چشم‌پوشی از منافع خود و با هدف مقدس رهانیدن بشریت از رنج بیماری تلاش کرده‌اند و نتیجه آن پیشرفت‌های زیادی بوده که هر روز شاهد آن هستیم. در میان تلاشگران عرصه علم و دانش، آقای دکتر محمدهادی نورائی هم سهم بسزائی داشته و با تهیه این کتاب با نام اصول علمی کفش طبی خدمت قابل تحسینی را به جامعه علمی و بیماران نموده‌اند. دانش‌اشان در این رابطه و مطالعه و تحقیقی که در این زمینه نموده‌اند حجم زحمت و تلاش ایشان را نشان می‌دهد.

پای افراد دارای مفاصل محدود بوده و زوایای استخوان‌های تشکیل دهنده پا در افراد مختلف متفاوت است و به سختی می‌توان گفت که یک شخص با شخص دیگر از نظر تمام این زوایا مشابه هستند و به عبارت دیگر کفش یک از هر نظر کاملاً مناسب پای دیگری است.

مثال فوق در مورد فرد سالم بیان شد چه بسا به شخص بیمار که در مراجعه به مراکز فروش از قفسه، کفشی انتخاب و برای پای بیمار مبتلا به Flat Foot، Metatarsalgia، Halux Valgus یا Calcaneal Spure و ... تحت عنوان کفش طبی تحویل گردد.

امید است پزشکان و آموزش‌گیرندگان علوم پزشکی با مطالعه این کتاب و هدایت بیماران در مسیری صحیح در حد ممکن این مشکل را رفع نموده تا بیماران بتوانند با درک صحیح نسبت به تهیه کفش نسخه شده توسط پزشک اقدام نمایند.

دکتر سید علیرضا ابراهیمزاده

متخصص ارتوپدی

استاد دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

مقدمه

می‌گویند رنگ رخساره نشان می‌دهد از سر ضمیر

با نگاه به صورت و رخسار انسان‌ها می‌توان به بسیاری از اسرار درون فرد آگاه شد. می‌توان احساسات درونی مانند خشم، عصبانیت، شادی، مهربانی، کینه توزی و ... را به سادگی دریافت، بیماری‌های دیگری را هم با معاینه چشم و پلک‌ها- زبان و حلق و دندان‌ها- گونه‌ها و پوست و موی سر و صورت و گردن می‌توان نشانه‌هایی از آن به‌دست آورد.

ولی پا را آینه بدن می‌نامند و نیز قلب دوم انسان می‌دانند؛ چرا که بسیاری از بیماری‌ها و آسیب‌های ارگان‌ها تل‌از هر جا، خود را در آن بروز می‌دهند. از بیماری‌های غدد درون‌ریز (تیروئید پاراتیروئید) تا دیابت، بیماری‌های متابولیکی، التهابات مفاصل (آرتریت روماتوئید) و نیز نقرس و سیپ‌یو یسمی بیماری‌های قلب و عروق، کلیه‌ها گاه اولین علائم خود را در پا و مفاصل آن بروز می‌دهند.

لذا نویسنده کتاب تصمیم گرفت که به‌خاطر آگاهی از اصول علمی کفش‌های طبی برای جامعه پزشکی از دانشجویان پزشکی و به‌خوبی دستیاران و متخصصین گروه‌های جراحی و ارتوپدی کتابی بنویسد، که متأسفانه در برخورد با بیماری‌های پا بیشتر روش‌ها و تکنیک‌های جراحی را آموزش می‌بینند ولی برای تحریک کفش طبی (مثلاً برای اصلاح دفورمیتی‌های ثرم قابل اصلاح Flexible که بخوبی انعطاف‌پذیر قابل درمان هستند) توان کافی و لازم برای تجویز و نسخه نویسی علمی را ندارند. در حالی که قادر به انجام اعمال جراحی هستند ولی از روش‌های غیر جراحی کمتر آگاهی دارند که بسیار در بسیاری از بیماری‌ها از جمله مشکلات پا و دفورمیتی‌های آن باید تجربه کافی در استفاده از روش‌های کنسرواتیو داشت و در کنار آموزش و تجربه تکنیک‌های جراحی، ضروری است که تکنیک‌های غیر جراحی را نیز یاد گرفت و به‌دقت در بیماران قبل از انجام جراحی‌ها توصیه و اجرا نمود. البته این امر نیازمند برنامه‌ریزی دقیق‌تر گروه‌های آموزشی دانشگاه‌های علوم پزشکی و وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی است تا در آینده، فارغ‌التحصیلان رشته‌های مذکور از توان لازم در برخورد صحیح و علمی با این‌گونه بیماری‌ها و معضلات سیستم اسکلتی در اندام‌ها باشند.

- خستگی پا باعث خستگی کل بدن و راحتی پا موجب راحتی و شادابی فرد می‌گردد. لذا

توجه به سلامت پا از پوست و مو تا استخوان‌ها و مفاصل، موجب سلامتی بدن و شادابی فرد در روز که به کار و فعالیت مشغول تا در خواب که خوابی راحت و آرامی را در پی خواهد داشت، می‌گردد. متأسفانه اغلب کفش‌ها (و لو گران قیمت)، مناسب نیستند. در یک مطالعه، ۹۰ درصد خانم‌ها و ۸۵ درصد آقایان کفش مناسب نمی‌پوشند.^۱

- زمستان سال گذشته به توصیه‌های پزشک متخصص کودکان برای درمان لارنژیت فرزندم و برای خرید دستگاه بخور به چند فروشگاه لوازم پزشکی مراجعه کردم. در ساعات شلوغ اول شب بود و تازه اپراتور از مراجعه کننده بود و به سختی خود را به داخل فروشگاه رساندم. در کناری منتظر ایستادم تا نوبت من برسد و در این مدت شاهد خرید و فروش لوازم پزشکی شدم. بیشترین درخواست مراجعه این کفش طبی بود و فروشنده هم برای آن‌ها کفش‌های رنگارنگ، صندل‌های گوناگون عرضه می‌کرد و در جعبه می‌گذاشت و تحویل می‌داد. افراد اغلب از درد در مچ پا، پاشنه پا، قوس پا و کناره‌های انگشتان پا شکایت داشتند و یکی برای کودک ۴ ساله خود، کفش را کج می‌گذاشت سفارش کفش می‌داد. فروشنده هم با توجه به سایز پا، کفشی را انتخاب می‌کرد اما به دلیل داد اکثر کفش‌ها هم از کشور چین وارد شده بودند و همه تقریباً یکسان بودند (البته با نام‌های دکتر شولتز، دکتر وایت و غیره). با خود فکر می‌کردم که این همه کتب علمی و مرجع برای کفش‌های طبی و ارتوپدی و فارغ التحصیلان دانشگاه که سال‌ها درس‌های دانش‌آموزی خوانده و نیز اساتید دانشگاه و متخصصین که تجربه و تبحر کافی در مورد تجویز و ساخت کفش با اصول علمی دارند، در این میان چه جایگاهی دارند؟

چگونه باید کودکی که در آغاز زندگی و راه رفتن با کجی پا مراجعه و با کفش نامناسب ولی با عنوان طبی دلگرم می‌شود و پس از مدتی دفورمیتی یا انحراف را بیشتر و سخت‌تر (Fixed یا Rigid) گردید و دیگر با کفش به عنوان اصلاح کننده قادر به فعالیت نمی‌باشد و در این حالت نیاز به بستری شدن در بیمارستان و انجام عمل جراحی و بی‌هوشی و احتمال عفونت و ... را دارد.....

دکتر محمدهادی نورائی