

Indlægssåler

Indlægssålerne vi benytter er af den dynamiske type, hvilket betyder at de er fleksible (ikke passivt støttende). Sålen arbejder derved med fodens knogler og muskler, så foden hjælpes tilbage til den optimale stilling. Dette giver muskulaturen et bedre udgangspunkt for arbejdet, og minder og fordeler belastningen op gennem kroppen optimalt, således at fødderne giver et bedre fundament for din krop.

Vi tilbyder flere forskellige typer indlægssåler. Vi bruger såler fra: The Orthotic Group og Supersole



Pris

Prisen varierer alt efter hvilken type indlægssål, du og fysioterapeuten bliver enige om er den bedste for dig.

Supersole såler kr. 850,-
The Orthotic Group såler kr. 1.600,-

Prisen for undersøgelse og behandling af fodrelaterede problemer er den samme som alm. fysioterapeutisk behandling, pr. 1. oktober 2014
Første konsultation kr. 247,-
derefter kr. 165,- pr. konsultation.



Indlægssåler Fodrelaterede Problemer



Tidsbestilling på tlf. 57600108



**Køgevejens
Fysioterapi
& Træning**

Køgevejen 10 • 4100 Ringsted
www.koegevejensfysioterapi.dk
Tlf. 57600108



**Køgevejens
Fysioterapi
& Træning**

Fødder

Køgevejens Fysioterapi tilbyder fremstilling af individuelle indlægssåler for korrektion af fodrelaterede problemer.



Foden er et arkitektonisk mesterværk! Den består af 26 knogler, 33 led, 214 ledbånd samt 38 muskler og sener og er på én gang både fleksibel, stabil, blød og stærk.

Foden er også den del af kroppen der belastes allermost. Vi tager op imod 15.000 skridt dagligt - hvilket gennem livet bliver til flere hundrede millioner skridt.

Hver gang du tager et skridt, udsættes din krop for belastning. Når hælen sættes i jorden, opstår der et stød, som vil fortsætte op igennem kroppen hvis ikke det dæmpes. Derfor har kroppen en række støddæmpere. Den vigtigste er din fods evne til at falde indad. Efter fodens første kontakt vil foden begynde at falde indad (pronere) og belastningen flytter sig fra yderkanten af hælen til indersiden af foden (svangen). Dette gør at svangen dæmper stødet. Falder foden for meget indad (overpronation) eller for lidt (underpronation) kan kroppen overbelastes.

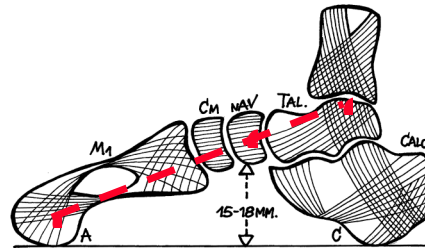
Fodtyper

Fødder kan groft inddeles i tre hovedtyper:

- Platfod
- Normal fod
- Hulfod

Ved platfod flader foden for meget indad (overpronation) fordi strukturerne i foden er for eftergivelige. Dette medfører gentagende stræk på ledbånd og sener.

Ved hulfod er strukturerne i foden for stramme og støddæmpningen (pronationsbevægelsen) stoppes for tidligt, og de stramme ledbånd og sener overbelastes.



Begge tilstande kan med tiden give gener som irritation i svangsenen, skinnebetsbetændelse, akillesseneproblemer, løberknæ og smerter under hælen.

Disse tilstande, samt andre problematikker, så som skæv storetå (hallux valgus) og nedsunken forfod kan afhjælpes ved hjælp af indlægssåler.

Ændrede forhold i foden kan også give gener andre steder i kroppen, f.eks. smerter i knæ, ryg og hofter samt hovedpine.

Undersøgelsen

Vi laver indlægssålerne på baggrund af en ganganalyse samt grundig undersøgelse af bl.a.: din kropsholdning, relationerne mellem fod/knæ/hofter og ryg, bevægeligheden i foden samt fodsens biomekanik.

Vi har på klinikken de nyeste elektroniske hjælpemidler, til undersøgelse af fodrelaterede problemer bl.a. en elektronisk fodscanner/gaitscanner, som er en elektronisk plade, der er forbundet med en computer. Pladen består af 4096 sensorer, som tager 125 billeder/sek. og måler derved trykket af din fod og registrerer bevægeligheden af fodens knogler. Denne teknologi hjælper med at analysere din gang og finde unormale forhold i dine fødder, som kan påvirke resten af din krop.



Du kan få et udskrift af fodscanningen.

Vi kan desuden lave digital videooptagelse på løbebånd, til analyse af din gang og løbestil.

Vigtigst af alt, har vi uddannelse, erfaring og knowhow!

Du skal til undersøgelsen medbringe 3 par af de sko, du bruger oftest, eller det fodtøj du primært skal bruge sålen til, da sålen skal tilpasses fodtøjet.

Vi kan også lave indlægssåler specielt til bl.a. skistøvler, løbesko og vandresko.