

## Высокие каблуки «виновны» в эпидемии артрита

Автор: Administrator  
15.01.2013 11:26 -

---



В Великобритании количество больных артритом навевает мысли об эпидемии, каждый из четырех человек подвержен этому заболеванию, причем 60 процентов из них испытывают симптомы в ногах, к такому выводу пришло Ортопедическое общество Великобритании.

Кроме того каждый третий англичанин не имеет понятия, что вызывает артрит и какие у него симптомы, не британцы также не знают, к какому врачу обратиться с этой болезнью. Артрит наиболее распространен в Великобритании, где высок процент пожилых людей. Всего ему подвержены 10 миллионов человек в стране, на лечение этого заболевания уходит пятая часть здравоохранительного бюджета.

Самая распространенная форма артрита – остеоартрит, вызванная износом защитного слоя хряща, что вызывает боль в суставах. Наиболее часто эта форма артрита проявляется в ногах, ведь там много мелких суставов, а из-за неудобной обуви они подвергаются травматическому воздействию.

Ортопедическое общество Великобритании провело опрос в мае 2010 года, согласно которому многие респонденты не знают о риске развития у них остеоартрита:

77 процентов опрошенных заявили, что во время спортивных нагрузок не носят специальную обувь.

25 женщин ответили, что они носят высокие каблуки каждый день.

36 участников, у которых был обнаружен артрит, ответили, что не знали, что это заболевание, 22 процентов предполагали, что это всего лишь симптом старения.

## **Высокие каблуки «виновны» в эпидемии артрита**

Автор: Administrator  
15.01.2013 11:26 -

---

Правильный выбор обуви сводит ежедневный стресс в суставах ног к минимум. Помните, обувь на каждый день должен быть с круглым носком, каблук не должен быть выше 3 сантиметров, ботинки должны хорошо крепиться на ноге при помощи ремня или шнурков.