

خانه ارتوز پروتز کفش و کفی طبی

نوبت 
دهی
آنلاین

مجله‌ی آموزشی ویدیوهای آموزشی درباره‌ی ما

تماس با ما



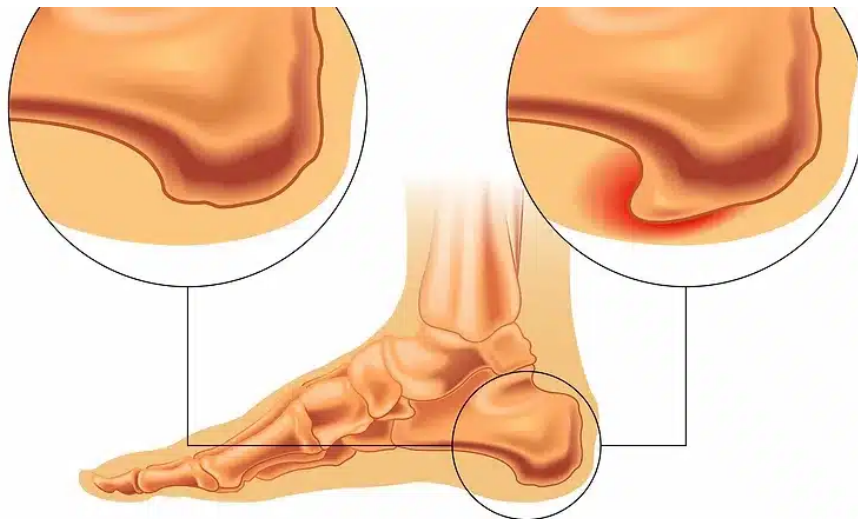
نوبت دهی آنلاین 

خارپاشنه

بهترین ارتوپد فنی در شرق تهران | ویام کلینیک < اخبار < کفش و کفی طبی < خارپاشنه



اگر شما هم در ابتدای روز با گذاشتن پا بر زمین درد شدیدی در پاشنه خود احساس می‌کنید دچار **خارپاشنه** شده‌اید. **خارپاشنه** التهاب پرده کف پای (فاشیای کف پای) یکی از علت‌های مهم درد در ناحیه پاشنه است.



علت ایجاد خار پاشنه

خارپاشنه استخوانی شدن بافت نرم در ناحیه پاشنه (رسوب کلسیم) به علت التهاب مزمن می‌باشد. این عارضه به مرور زمان ایجاد می‌شود. بیشتر مردم تا احساس درد نکنند این مشکل را متوجه نمی‌شوند.

پوشیدن کفش نامناسب در طول زمان باعث ایجاد **خارپاشنه** می‌شود.

سایر علت‌های ایجاد خارپاشنه

- آرتریت
- چاقی
- افزایش سن
- ایستادن طولانی مدت
- علائم وجود خارپاشنه
- درد
- التهاب
- تورم در ناحیه پاشنه
- گرم بودن ناحیه

عوارض خارپاشنه

یکی از مهم‌ترین اختلالاتی که این عارضه ایجاد می‌کند درد در هنگام راه رفتن است و روی فعالیت فرد تاثیر می‌گذارد و کم‌کم روی ستون فقرات و زانو هم آسیب ایجاد می‌کند.

راه های تشخیص خارپاشنه

اولین راه تشخیص شرح و حال بیمار است که با درد در این ناحیه مراجعه می کند.

معاینه بالینی

تصویر برداری

درمان خار پاشنه

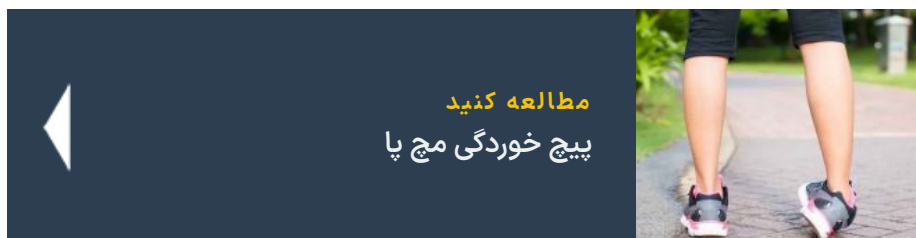
استراحت و سرد کردن ناحیه

استفاده از دارو های ضد التهاب

استفاده از کفش طبی و کفی طبی

فیزیوتراپی

جراحی (در ۹۰ درصد مواقع نیاز به جراحی باتوجه به عوارض جراحی وجود ندارد)



کفی طبی در درمان خارپاشنه

اگر با اسکن کف پا، کفی طبی ساخته شود میتواند با توزیع فشار در ناحیه پاشنه و خالی کردن ناحیه دردناک در روند بهبود و کاهش درد کمک شایانی کرد.

آیا خار پاشنه خطرناک است؟

خیر در اکثر موارد خطرناک نیست.

برای پیشگیری از خار پاشنه چه کارهایی می توان کرد؟

کم کردن وزن

گرم کردن و انجام حرکات کششی قبل از انجام تمرینات

پارهنه راه نروید.

استفاده از کفش طبی و کفی مناسب پا که قوس های پا را پوشش دهند.

برای مشاوره رایگان و دریافت اطلاعات بیشتر از طریق قسمت تماس با ما، با ما ارتباط برقرار کنید.

برچسب‌ها: خارپاشنه, کفی طبی

دیدگاهتان را بنویسید

نشانی ایمیل شما منتشر نخواهد شد. بخش‌های موردنیاز علامت‌گذاری شده‌اند *

آدرس سایت	ایمیل *	نام *
-----------	---------	-------

* متن دیدگاه ...

فرستادن دیدگاه

جستجو...

جستجو...

دسته بندی ها

انگشتان پا <

زانو <

ستون فقرات <

کفش و کفی طبی <

[< کلینیک ویام](#)[< لگن](#)[< مجله‌ی آموزشی](#)[< مچ پا و ساق](#)

برچسب‌ها

آرتروز زانو	آرتروز لگن	ارتروز زانو	ارتروز لگن	ارتروز مفصل ران
اسکن کف پا	اسکولیوز	انحراف شست پا	بی ثباتی کشکک	
خارپاشنه	خالی کردن زانو	درد کشکک	دررفتگی لگن	
دررفتگی مادرزادی ران	دررفتگی مادرزادی لگن	دررفتگی کشکک		
رباط صلیبی	زانو	زانوبند	زانو درد	زانو پرنانتری
زانوی ایکس	زانوی ضربدری	ستون فقرات	عقب زدگی زانو	
قوز پشتی	قوز کمر	قوس زیاد پا	قوس کمر	مچ پا
مینیسک زانو	هالوکس والگوس	همر تو	ویام	
پارگی رباط صلیبی	پارگی مینیسک زانو	پد لانگشتی	پنجه به داخل	
پنجه کبوتری	ژنورکوراتوم	کجی کمر	کفش طبی	کفی اسکن
کفی طبی	گوژپشتی			

فهرست سایت

بهترین کلینیک ارتوپدی فنی تهران

ارتوز

پروتز

کفی و کفش طبی

مجله‌ی آموزشی

ویدیوهای آموزشی

فرم وقت ملاقات

درباره‌ی ما

تماس با ما

مرکز ارتوپدی فنی ویام، با سال‌ها تجربه در زمینه‌ی ساخت انواع ارتوز و پروتز در خدمت شماست. این مرکز با کادری مجرب و تیمی متخصص با استفاده از تجهیزات و فناوری‌های پیشرفته در ارائه‌ی بهترین و جامع‌ترین خدمات در درمان و پیشگیری اختلالات ارتوپدی می‌پردازد.

خیابان مطهری، خیابان علی اکبری، نرسیده به بهشتی، نبش کوچه تیرداد، ساختمان پارسا، پلاک ۱۱۵

۰۲۱-۸۸۵۴۶۱۴۸

۰۹۲۱۶۴۲۳۷۸۸

viam.opclinic@gmail.com



ساعات کاری

موقعیت در بلد

۱۵:۰۰ - ۲۱:۰۰	شنبه:
۱۵:۰۰ - ۲۱:۰۰	یکشنبه:
۱۵:۰۰ - ۲۱:۰۰	دوشنبه:
۱۵:۰۰ - ۲۱:۰۰	سه شنبه:
۱۵:۰۰ - ۲۱:۰۰	چهارشنبه:
۰۹:۰۰ - ۲۱:۰۰	پنجشنبه:
تعطیل	جمعه:

تمام حقوق برای کلینیک ویام محفوظ است.

بازگشت به بالا ↑