International Podiatry Day 2022 – FUSS IN BEWEGUNG

Für Podologinnen und Podologen oder Personen, die mehr wissen wollen!

FUSS IN BEWEGUNG

Unsere Aktivitäten des täglichen Lebens beinhalten von Natur aus die Interaktion mit der physischen Umwelt: Die Komplexität unseres zweibeinigen Gehens erfolgt in der Regel mit einer scheinbar bemerkenswerten Leichtigkeit. Wir wollen unsere Füße unbedingt in bestmöglicher Form halten, denn wenn sie schmerzen, sind Mobilität und Lebensfreude beeinträchtigt.

Bewegungen ermöglichen es Kindern, Konzepte mit Handlungen zu verbinden und durch probieren und Fehlschläge zu lernen. Mit zunehmendem Alter können die Gelenke Flüssigkeit und Gewebe abbauen, was zu Schmerzen und Steifheit führen kann. Bewegung ist wie Balsam für die Gelenke und für die Unabhängigkeit, für sich selbst zu sorgen.

Viele Fußpathologien sind biomechanischer, infektiöser oder erblicher Natur. PodologInnen sind die Fußspezialisten, die Komplikationen an den Füßen diagnostizieren, verhindern und rehabilitieren können; sie lindern Schmerzen und halten Menschen jeden Alters mobil und aktiv.

In einem durchschnittlichen Leben legen wir 100.000 Meilen zu Fuß zurück: Dafür ist unser Körper gemacht, aber es gibt einige sinnvolle Vorsichtsmaßnahmen, die wir treffen können, um

sicherzustellen, dass unsere Füße auch weiterhin gute Dienste

leisten.

Gesunde Füße ermöglichen es uns in jedem Alter, weiterhin so aktiv zu sein, wie wir es wollen, und zwar mit so wenig Schmerzen wie möglich.

Schädigungen der Füße aufgrund von Erbkrankheiten, schlecht sitzender Schuhe und anderer Erkrankungen können unseren Körper und unser tägliches Leben ernsthaft beeinträchtigen und uns daran hindern unsere alltäglichen Aufgaben zu bewältigen.

Literaturhinweise

Gait adaptability (Gang-Anpassung)

Weerdesteyn V, Hollands KL, Hollands MA. Copyright © 2018 Elsevier B.V PubMed (nih.gov)

Gait Posture (Gehabwicklung)

2013 Mar;37(3):445-51. doi: 0.1016/j.gaitpost.2012.09.007. Epub 2012 Oct 26. Foot type biomechanics part 1: structure and function of the asymptomatic foot. Howard J Hillstrom 1, Jinsup Song, Andrew P, Kraszewski, Jocelyn F Hafer, Rajshree Mootanah, Alyssa B Dufour, Betty

Shingpui Chow, Jonathan T Deland 3rd

www.fip.global#

#IPD2022 #feetmatter #fipifp #podiatry #FootHealthAwarenessMonth #healthcareprofessionals #Feet