



## ОРТОПЕДИЧЕСКИЕ СТЕЛЬКИ

*или как сохранить здоровье своих ног?*

**Ортопедические стельки** – первое, что рекомендуется при профилактике и лечении плоскостопия. Это лечебная эффективность, безопасность, долговечность и комфорт; большой выбор моделей для всех типов обуви и всех сезонов, для детей и взрослых.

### ПРАВИЛЬНО ПОДОБРАННАЯ СТЕЛЬКА:

- Эффективна для профилактики и лечения плоскостопия
- Мягко поддерживает своды стопы в правильном положении
- Восстанавливает основные функции стопы
- Уменьшает нагрузку на суставы и позвоночник
- Снижает болевые ощущения и утомляемость ног
- Существенно повышает комфортность любой обуви
- Улучшает кровообращение ног и общее самочувствие

### КОГДА И КОМУ НУЖНЫ ТАКИЕ СТЕЛЬКИ?

- Людям, постоянно работающим «на ногах» (продавцы, парикмахеры, повара, хирурги, учителя, строители и т.д.)
- При «сидячем» труде (офисные работники, водители, врачи, библиотекари, швеи и т.д.)
- При варикозном расширении вен на ногах
- После травм суставов ног и позвоночника
- Людям с диабетом и заболеваниями опорно-двигательного аппарата
- При наследственной предрасположенности к плоскостопию и варикозу
- Беременным женщинам
- Пожилым людям
- При избыточном весе
- Детям в период быстрого роста
- Ношение обуви с высоким каблуком
- При длительной ходьбе и интенсивных физических нагрузках



## КОМПЬЮТЕРНАЯ ДИАГНОСТИКА СТОПЫ –

*индивидуальное решение для Ваших ног*

### УЗНАЙТЕ ВСЁ О ВАШИХ СТОПАХ!

Стопы каждого человека так же индивидуальны, как и он сам. Именно поэтому любые корректирующие изделия для стопы необходимо подбирать с учетом особенностей каждой ноги, в зависимости от степени плоскостопия и наличия осложнений.

**Компьютерная диагностика стоп** позволяет учесть все Ваши **индивидуальные особенности**. Комплексная ортопедическая система точной экспресс-диагностики стопы за несколько секунд сканирует Ваши стопы и определяет их анатомическое состояние.

### ДЛЯ КАЖДОГО ЧЕЛОВЕКА — ОСОБЕННЫЕ СТЕЛЬКИ

Специальная программа рассчитывает индивидуальные параметры и выдает точную рекомендацию по необходимой именно Вам конструкции ортопедических стелек. Это гарантирует индивидуальный подход к подбору стелек для Вас, позволяет с максимальной точностью подобрать готовые стельки из ассортимента магазина или изготовить индивидуально.

Большой выбор комплектующих элементов позволяет изготовить самые различные индивидуальные стельки: для разных типов обуви (модельной, повседневной, спортивной, зимней), для взрослых и детей, для особо сложной стопы (при заболеваниях и деформациях стопы). Каркас (основа стельки) моделируется по Вашей стопе для придания ей полной индивидуальности.

Изготовление индивидуальных ортопедических стелек по результатам сканирования – идеально точное решение для Ваших стоп. **Индивидуальные стельки – это просто!**

**В магазинах «Основа Движения» для Вас – БЕСПЛАТНАЯ компьютерная диагностика стопы.**



**основа движения®**

**в здоровом ритме жизни**

*Почувствуй основу – приди в движение!*

# ЗАБОТА О СТОПАХ

**Магазины «Основа Движения» рады предложить Вам широкий выбор полезных товаров для здоровья и красоты ВСЕЙ СЕМЬИ!**

Единая справочная о товарах и услугах:  
(3952) 500-223, 8-800-500-30-79  
(звонок бесплатный)

[www.osnovad.ru](http://www.osnovad.ru)



I СТЕПЕНЬ



II СТЕПЕНЬ



III СТЕПЕНЬ

## ЧТО Я ЗНАЮ О ПЛОСКОСТОПИИ?

Очень часто мы просто не обращаем внимания на то, что с нашими стопами начались какие-то изменения. Даже когда чувствуем себя неважно и наши ноги уже откровенно «жалуются». Ну устаем к концу дня, ну отекают и гудят ноги, побаливает голова и поясница... А причем здесь стопы???

Многие даже и не подозревают о том, насколько серьезна связь между нашим здоровьем и состоянием ног.

Стопа – замечательная конструкция, которая позволяет человеку ходить, бегать, прыгать. Здоровая стопа имеет арочное строение и работает как рессора, амортизируя и смягчая до 70% ударной нагрузки на ноги при ходьбе и беге. От того, насколько хорошо стопа выполняет эту функцию, зависит здоровье суставов ног, позвоночника и всего организма.

### ПРИСЛУШАЙТЕСЬ К СВОЕМУ ОРГАНИЗМУ!

**Плоскостопие** – достаточно коварная болезнь, потому что развивается постепенно, не всегда заметно, но необратимо. Часто плоскостопие проявляется так:

- Усталость и отеки ног
- «Жжение» в стопах
- Натоптыши, мозоли
- «Косточка» на больших пальцах
- Деформации пальцев и ногтей
- Повышенная утомляемость

### КАК ЭТО ПРОИСХОДИТ?

Зачастую люди думают, что плоскостопие – это когда стопа сразу становится полностью плоской. А, между тем, развитие болезни происходит постепенно, под воздействием разных причин своды стопы уплотняются и стопа теряет свою главную - амортизирующую функцию.

Сама по себе плоская стопа не так страшна, гораздо серьезнее её последствия для всего организма. Такая стопа не в состоянии погасить нагрузку, возникающую при каждом шаге. Разрушительная ударная волна распространяется от пяток до шейного отдела позвоночника, что приводит к деформациям и болям в суставах ног и позвоночнике, остеохондрозу, радикулиту, частым головным болям. Кроме того, плоскостопие способствует развитию варикозной болезни вен и может создать серьезные проблемы будущим мамам во время беременности.

### ПОЧЕМУ ИЗМЕНЯЕТСЯ СТОПА? ПРИЧИН ДОСТАТОЧНО:

- Интенсивные нагрузки
- Работа «на ногах»
- Малоактивный образ жизни или «сидячий» труд
- Ношение «неправильной обуви»
- Возрастные изменения
- Избыток массы тела
- Беременность
- Наследственная предрасположенность
- Травмы ног и позвоночника



### ПОЧЕМУ ХОРОШАЯ СТЕЛКА НЕ МОЖЕТ БЫТЬ ДЕШЕВОЙ

Хорошая стелька – это высококачественные материалы, передовые технологии изготовления, строгое соответствие анатомии стопы и, как следствие, медицинская эффективность и польза.

### ПРИЗНАКИ ПРАВИЛЬНОЙ СТЕЛКИ:

- **Только качественные материалы** - натуральные или специализированные искусственные, т.к. стельки соприкасаются с поверхностью стоп длительное время. Выбор покрытия зависит от того, для каких целей планируется использование стелек. Очень часто в качественных стельках используется специальный антибактериальный слой, либо покрытие с ионами серебра, которые нейтрализуют неприят-

ные запахи.

- **Каркас (основа) ортопедических стелек** - достаточно прочный, чтобы длительное время выдерживать вес человека и одновременно гибкий для обеспечения хорошей амортизации стопы. Так же качественный каркас помогает стопе совершать анатомически правильное движение при ходьбе – перенос нагрузки с пятки на наружный край стопы, перекал на основание большого пальца с последующим отталкиванием от опоры. Это позволяет стопе оптимально выполнять свои функции – пружинить и гасить ударные нагрузки на суставы ног и позвоночник. Этот эффект можно достичь только за счет использования определенных технологий при производстве стелек.
- **Специальные выступы-пелоты**, расположенные в точно определенных местах на стельке - для поддержки продольного и поперечного сводов стопы. Неправильное расположение пелотов приводит к избыточному давлению на своды стопы, может вызвать дополнительные боли, передавливание нервных окончаний и перерастяжение связок.
- **Дополнительные функции стельки** (отверстие в пяточной области, гелевые вставки и др.) - позволяют дополнительно локально снизить болевые ощущения и правильно перераспределить нагрузку при различных проблемах на стопе.
- **Система индивидуализации** – способность стелек в процессе носки самостоятельно адаптироваться к индивидуальным особенностям стопы. Тем самым стелька, при сохранении своих основных функций, подстраивается под Вашу стопу.

Производителями сейчас выпускается очень много внешне похожих стелек, но это сходство не гарантирует их 100% полезность. **Главная задача ортопедической стельки** – обеспечить лечебный эффект. Стельки, не отвечающие перечисленным критериям, имеют низкий срок службы, доставляют дискомфорт при носке, а главное - обладают псевдомедицинским эффектом и либо бесполезны для использования, либо могут привести к ухудшению состояния стоп и здоровья в целом.

**Только настоящие ортопедические стельки помогут сохранить здоровье Ваших ног и всего организма!**