*Человеческая стопа – шедевр инженерии и настоящее произведение искусства.*

**Леонардо да Винчи**

*Я знаю, что я самый̆ умный̆ в этом мире, ведь я знаю, что я ничего не знаю. А многие даже этого не знают.*

**Сократ**

Самой̆ частой̆ патологией̆ стопы считается плоскостопие. Анализ существующих учебников и руководств в мире и России позволил собрать следующую информацию.

Плоскостопие иногда также называют «плоская стопа», «вальгусная стопа», «плоско-вальгусная стопа» (эти слова упоминаются как синонимы).

Встречаемость плоскостопия – от 15 до 99% (по данным разных источников).

Код по Международной̆ классификации болезней̆ (МКБ-10) – М21.4, иногда объединяется с М21.0.

Бывает продольное и поперечное плоскостопие.

Плоскостопие вызывает боли, натоптыши, деформации пальцев, быстрое утомление, сколиоз и т. д.

Выраженность симптомов плоскостопия зависит от степени (есть 4 степени продольного и 4 степени поперечного плоскостопия).

Диагностическим стандартом является плантография и рентгенография.

Лечение должно включать ортопедические стельки, специальную обувь, медикаментозную терапию, лечебную физкультуру, массаж, физиотерапию.

Но – на практике, увы, ограничиваются назначением ортостельки, ортообуви, хождения по ортоковрикам. Также набирает популярность (особенно для лечения у детей̆) оперативная коррекция, например, подтаранный артроэрез.

Я закончил Смоленскую медицинскую академию, потом интернатуру по хирургии и ординатуру по ортопедии в Первом Московском государственном медицинском университете им. И. М. Сеченова, поступил в аспирантуру по ортопедии, прошел повышение квалификации по восстановительной медицине и реабилитации. С 2009 года начал самостоятельную практику как доктор-ортопед. Как ответственный ученик я был готов взять все вышеуказанные тезисы, шаблоны, стандарты за основу при диагностике и лечении стоп моих пациентов.

Но что-то пошло не так.

Я столкнулся с тем, что информация, собранная из разных источников, имела много неточностей̆, противоречий, приводящих к заблуждениям, а иногда и вовсе не соответствовала клиническим наблюдениям. Тогда возникла мысль об этой книге.

Данную книгу нельзя рассматривать как строгую научную работу. Несмотря на логичность рассуждений и точность излагаемых фактов, в ней̆ пока не хватает требуемой̆ на сегодняшний̆ момент в медицине полно объёмной̆ научной̆ базы, обоснований и доказательств, о чем говорят мои уважаемые наставники. Это, по сути, издание, где собраны воедино мои наблюдения, размышления, результаты многолетнего эмпирического опыта, подтвержденные на практике мной̆ или другими исследователями и специалистами, и выверенная информация, которую я по крохам извлекал из других публикаций.

Конечно, работа над этой̆ книгой̆ будет продолжена. Думаю, следующие издания значительно пополнятся недостающими сейчас материалами.

Добро пожаловать в мир биомеханики от доктора Шлыкова.

Я расскажу вам – ПЛОСКОлиСТОПИЕ.