

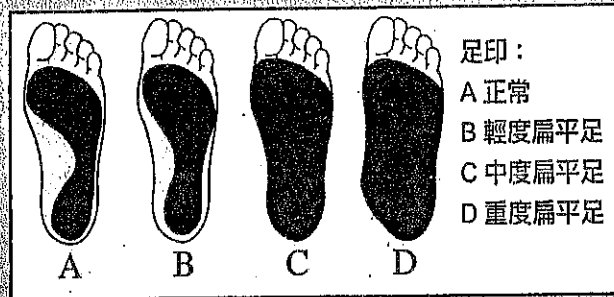
扁平足矯正建議

◆ 何謂扁平足：

正常個體在雙腳的內緣具有足弓，站立時足弓是不會著地的。它可以使身體的重量平均分佈在腳底。若是站立時腳底完全著地，足弓變小或不見了，就叫做扁平足。

造成扁平足的原因很多，有可能是原發性的，如先天固定型的扁平足；或次發性的，如韌帶過度鬆弛、X型腿；或其它疾病所導致。而扁平足本身亦容易導致其他問題，如步態異常，容易跌倒，甚至腳部關節變型。

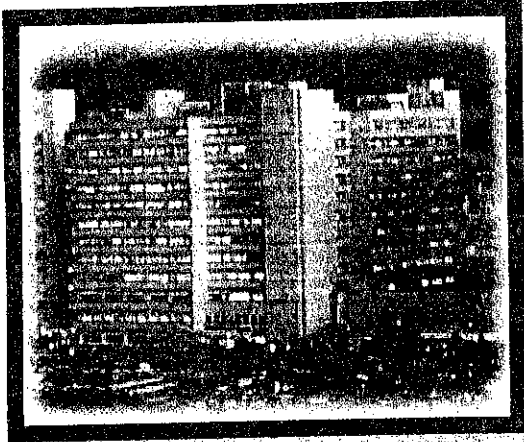
扁平足的治療一般常見的治療方法，首先要先找出原因，再對症治療，包括使用矯正足弓墊、矯正鞋及運動治療。



◆ 使用矯正足弓墊

◎ 請購買具備以下條件之鞋子：比赤足的腳大一號，足踝部份是高筒、足背部份較高，綁鞋帶，鞋內原來的鞋墊同為硬者為佳。

◎ 以求穩為最佳，休閒鞋亦可，但仍需符合上述條件，以利病患穿著。
沒有取腳模之簡單鞋墊製作時間以三星期為原則，有取腳模之複雜鞋墊製作時間約需一個月方能完成。



林口長庚紀念醫院復健大樓全景

院址：桃園縣龜山鄉復興街 5 號

您有任何問題時，可電話諮詢：

台北：(02)27135211 轉 3489

林口：(03)3281200 轉 2133

基隆：(02)24313131 轉 2378

高雄：(07)7317123 轉 2216

◎ 經醫師診斷後，亦可自行購買扁平足之矯正鞋，但需具備高筒、內緣強度加強及鞋墊具足弓之特性。

◎ 地點

林口長庚醫院，復健大樓五樓，復健科功能輔具研究室。

電話：(03) 328-1200

轉 3852 輔具室

服務時間：上午 9:00-12:00

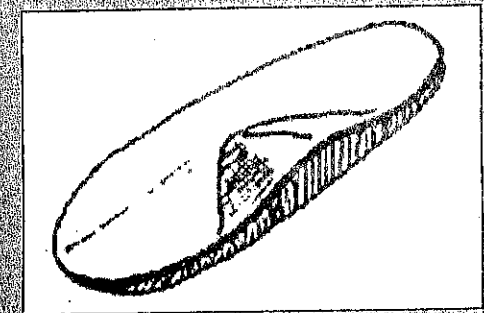
下午 13:30-17:00

◆ 運動治療配合

◎ 如：打水，騎腳踏車、三輪車等。

◆ 追蹤

◎ 3-6個月後回門診追蹤。



足弓墊