

# 医用硅胶鞋垫 足跟骨刺痛垫 足底筋膜炎护理垫

产品名称	医用硅胶鞋垫 足跟骨刺痛垫 足底筋膜炎护理垫
公司名称	广州市狄夫人鞋材有限公司
价格	12.90/双
规格参数	
公司地址	baiyunqu taihezhen dayuanbeilu 268
联系电话	13450365969

## 产品详情

手机:13450365969

阿里巴巴网址

<http://difuren.1688.com/>

骨刺后跟垫

规格：

l:长：11.2cm 宽:7.1cm 高：0.7cm，重量74g

m:长: 9.6cm 宽:6cm 高:0.7cm，重量60g

s:长：8.5cm 宽:5.3cm 高:0.6cm，重量48g

材料：100%医用硅胶（silicom dioxide）

规格：l/m/s l(40-45) m(35-39) s(30-34)

单位：双

护理：手洗

穿上它能舒缓脚趾摩擦疼痛，让脚趾享受温柔的呵护，告别疼痛！病理与保养 足部疼痛介绍

- 1.骨质增生
- 2.糖尿病
- 3.肾脏排毒功能不好（尿毒症）
- 4.内风湿
- 5.扭作，挫伤
- 6.血循环障碍
- 7.足底筋膜炎
- 8.足腱过劳 临床上主要有

- 1.跟键周围炎
- 2.跟骨骨刺
- 3.跟骨骨膜炎
- 4.跟骨下脂肪垫损伤
- 5.跟骨骨折
- 6.跟骨皮下骨囊炎
- 7.跗骨窦软组织劳损
- 8.跟骨结核、肿瘤等 足跟疼痛保养方法

1、休息 2、功能 3、鞋垫软一些 4、足跟部位用软垫，如硅胶制成的跟痛垫，保护足跟减轻摩擦。  
5、选择厚底鞋、鞋底不能软，最好后跟部有一定弧度以适应足跟的弧形。绝大多数的脚后跟疼痛都是由于韧带发炎引起的。人的脚后跟由33个关节和100多块肌腱和韧带组织，脚底的韧带紧连着跟骨的底端，当人行走时，巨大的牵拉力集中在跟骨下面韧带上一个狭窄的区域内，反复的牵拉摩擦容易导致韧带和骨骼结合部位发炎，造成疼痛。同时，体重也和后跟疼痛有一定关系，一般来说，较胖的人更容易患后跟疼痛。鞋子是引起后跟疼痛的主要原因之一。脚部的骨骼、肌肉和韧带承受着人的整个体重，这就要求鞋子充分地支持足弓，使脚掌受力均匀，使韧带得到适当的放松但是，有的制造商为降低成本，在鞋子的内部结构上偷工减料，导致鞋内的构造不能有效地支撑足弓，力量集中于脚掌的某一部分，这样会加大韧带的压力，使韧带更容易发炎。因此，要保护好脚后跟，首先要挑选质量合格的鞋，配好鞋垫；同时注意不要让脚过度疲劳。有的人由于工作需要，例如售货员，每天站立的时间较长，则可以采用改变站姿的方法，前倾和后倾站立相交替或者时而扶着柜台放松一下脚关节，以防止韧带的某一部位长时间承受太大的力量。如果脚跟已经有了疼痛发炎的现象，就应该停止运动，让韧带充分休息。还可以采用一种“跟骨垫”将后跟垫高，使脚掌受力点前移，减少后跟韧带的拉力，帮助韧带尽快恢复。另外，现在认为一般是与跟部的骨内压增高有关系，现在有脚跟疼痛患者，骨科常常采用一种钻孔减压的方法，但是有些并不是骨内压增高，现在中医说的肾虚的人，也会出现这个脚跟疼痛的现象，特别是有些女性，或者产后，或者有些比较长的体质比较差的人，容易出现脚后跟疼痛，这种疼痛中医说与肾虚有关。

### 足部健康十要点

足部疾病与足部功能的失调，影响着成千上万人的生活质量和活动能力。普通大众甚至更多的医师不知道足部健康和全身健康的关系，由此，美国足科医师协会（apma）提出有关足部健康的十条原则。

- 1.不要忽视足部疼痛，它并非由单纯的劳累引起，一旦出现足部疼痛，要请足科医师诊治。
- 2.经常观察你的脚，注意你足部皮肤颜色和温度的变化。如发现趾甲的增厚和退色，这可能是感染了灰趾甲的先兆。
- 3.经常洗脚，特别是足趾间，并且一定要擦干。
- 4.修剪趾甲要平直，不可过深，小心修剪趾甲的边缘和角部，修剪不当可导致嵌甲。尤其是糖尿病患者或者循环功能和心功能不良的病人，一旦形成嵌甲后，可导致不可治愈的感染。
- 5.选择一双合适的鞋子，建议在下午，脚涨得最大时购买新鞋。
- 6.建议进行不同的运动时，选择不同的特制鞋。
- 7.一般一双鞋不要连续穿戴超过两天。
- 8.避免赤足行走，以免发生外伤或感染。建议在夏天行走在沙滩或穿凉鞋时，要象身体其他部位一样，在脚上涂抹防晒霜。

9.足部发生任何问题时，请不要自行处理，以免造成感染或更严重的问题。

10.如果您是一个糖尿病患者，每年至少进行一次足科检查。

手机:13450365969

阿里巴巴网址

<http://difuren.1688.com/>