**Trzy kroki do zdrowia**

**Wraz z początkiem ferii Centrum Ortopedyczno-Protetyczne w Białymstoku tradycyjnie już startuje z akcją bezpłatnego badania stóp. Tym razem odbywa się ona pod hasłem „Trzy kroki do zdrowia”. Trwa od 20 stycznia do 2 lutego.**

- Jako opcję dodatkową wprowadziliśmy także badania kręgosłupa, ponieważ wielu rodziców oczekuje kompleksowej oceny postawy dziecka – mówi Grzegorz Tomkiewicz, fizjoterapeuta z COP. – Wiadomo, że stopy to podstawa, ponieważ utrzymują ciało. Ich budowa i sposób chodzenia wpływają na całą sylwetkę, a jakiekolwiek deformacje mogą w przyszłości prowadzić do różnych problemów zdrowotnych ze stawami, kręgosłupem itp. Warto wykryć te niepokojące tendencje już na wczesnym etapie, by szybko zainterweniować.

Dlatego Centrum Ortopedyczno-Protetyczne od wielu lat, z uporem godnym tak ważnej sprawy jak zdrowie, namawia rodziców, by sprawdzili stopy swoich dzieci i organizuje bezpłatną diagnostykę. Do tej pory w ramach takich akcji przebadało około 2000 dzieci z Podlasia. Regularnie prowadzi też badania przesiewowe w białostockich i podlaskich przedszkolach. Wynika z nich, że około 1/3 dzieci ma problem ze stopami. Najczęstsze z nich to płaskostopie, stopy koślawe i szpotawe. Przyczyn jest wiele, poczynając od wad wrodzonych, przez niewłaściwy rozwój (m.in. zbyt wczesną naukę siadania i chodzenia), dziecięcą otyłość, po źle dobrane obuwie.

- Im wcześniej zacznie się korygować wady, tym lepsze są efekty – mówi Magdalena Milewska-Wilińska z COP, koordynatorka akcji. – Staramy się, by dzieci podczas wizyty nie czuły się u nas jak u lekarza. Jest kolorowo, mamy trochę zabawek. Samo badanie jest bezbolesne i trwa zaledwie 15 minut. W tym czasie dziecko przechodzi na bosaka po macie baropodometrycznej. Większość maluchów jest nawet zainteresowana tym co to za sprzęt i co pokazuje się na monitorze. Na koniec otrzymują jeszcze kolorowy wydruk swoich stópek.

W tym roku badanie, zgodnie z nazwą akcji prowadzone jest w trzech krokach. Po komputerowej diagnozie stóp (krok 1), mały pacjent wraz z opiekunem zapraszany jest na konsultacje z fizjoterapeutą (krok 2). Omówi on wyniki badania i wskaże na niepokojące objawy oraz doradzi jak im zaradzić. W przypadku większości dzieci wystarczy dobrać odpowiednie obuwie lub korygujące wkładki i regularnie ćwiczyć. Ale cześć dzieci będzie potrzebowała pogłębienia diagnozy, ponieważ wady stóp wpływają już niekorzystnie na kręgosłup i pozostałe elementy układu kostnego. Do nich szczególnie skierowany jest krok 3 czyli badania postawy całego ciała. Dokonają jej fizjoterapeuci z Centrum Ortopedyczno-Protetycznego. Tylko ten etap diagnozy jest płatny, ale w ramach akcji przewidziany jest 50 proc. rabat na to badanie. Jeśli zajdzie taka konieczność mali pacjenci kierowani będą na dalsze konsultacje z ortopedą bądź na rehabilitację.

- Jeśli zauważymy, że dziecko dziwnie stawia stopy, ściera buty z jednej strony, lub skarży się na ból nóg, to warto znaleźć w ferie chwilę i wpaść do nas na bezpłatną diagnozę. Nie zaniedbujmy tej sprawy – dodaje Magdalena Milewska-Wilińska z COP.

Wszyscy zainteresowani bezpłatnymi konsultacjami w ramach akcji mogą dokonać rezerwacji dzwoniąc pod numer: 500 59 59 47. Badania odbywać się będą w siedzibie COP przy ul. Ryskiej 1e w Białymstoku