

ИННОВАЦИОННАЯ РАЗРАБОТКА КОМПАНИИ PROPRIOFOOT

С точки зрения биомеханики стопа – начальное и конечное звено двигательной цепи, звено, во многом определяющее эффективность наших мышечных усилий при физической деятельности. С другой стороны, стопа представляет собой мощное рецепторное «поле», участвующее в управлении движений и поддержании осанки. Стопы – фундамент тела, изъяны фундамента неизбежно вызывают перекосы всей конструкции. По данным литературы (Magee D.J. 1997), не менее чем у 80% населения возникают проблемы опорно-двигательного аппарата, напрямую или опосредованно связанные с функциональными отклонениями в работе стопы и голени. В спортивной медицине с анатомическими недостатками стоп связывают такие часто встречающиеся микротравматические повреждения как сесамовит, подошвенный фасциит, пяточная «шпора», тендинит ахиллова сухожилия, периостопатии костей голени и стопы, стресс-переломы плюсневых и берцовых костей (Brukner P., Khan K 1993). Избыточную пронацию стопы считают главным биомеханическим фактором в развитии хондромалиции и эрозии хряща надколенника («колено бегуна»), тендинита и тендопериостопатии надколенника («колено прыгуна»), перекоса таза и хронических болей в пояснице (Ренстрём П. и др. 2002; Rothbart B.A., Estabrook D.C. 1988; Rothbart e.a. 1995; Fulkerson J.P. 2002).

Одним из эффективных средств стабилизации голеностопа, коррекции гиперпронации и реабилитации функциональности стопы, является инновационная разработка Компании **Propriofoot** (Франция), созданная в результате многолетних исследований проводимых среди спортсменов.

Эффект тренажера основывается на непосредственной работе с проприоцепцией (чувством тела или кинестетической осознанностью, то есть



способностью мозга воспринимать относительное положение и движение различных частей тела).

Нестабильная опора, используемая тренажером **Propriofoot** требует постоянного контроля и напряжения Core- мускулатуры, мышц нижних конечностей и мышц стоп для удержания равновесия.

Для сохранения равновесия пациент вынужден совершать множество компенсаторных движений туловищем и конечностями, включая те мышцы, которые обычно не используются при стоянии на стабильной поверхности. Небольшое угловое смещение опоры **Propriofoot** способствует адресной работе с мышцами стопы и лодыжки, ограничивая действие мозжечковой системы и внутреннего уха.

Позатупное обучение и методически правильно построенная программа занятий позволяют привести в тонус мышцы стопы и нижних конечностей, не используемых ранее, и сформировать новый рефлекс позы, который обеспечивает создание более эффективных мышечных взаимодействий.

Оптимальное напряжение механизмов, обеспечивающих поддержание позы и сохранение равновесия и низкочастотные колебательные движения, вызывают формирование положительных адаптационных сдвигов. Упражнения на **Propriofoot** позволяют воздействовать на максимально возможное количество патологических звеньев и достигать реабилитационного эффекта за короткое время.



По вопросам использования и приобретения тренажера „Propriofoot“
обращайтесь по телефону 8 (495) 730-58-97