



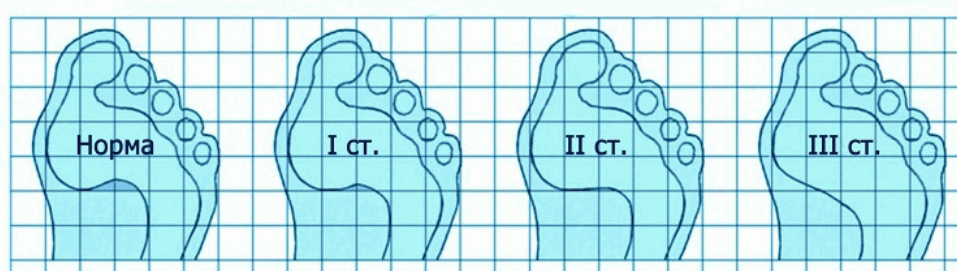
## ПРОВЕРЬ СВОИ СТОПЫ ЗА 1 МИНУТУ!

### ИНСТРУКЦИЯ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ПОДОСКОПА:

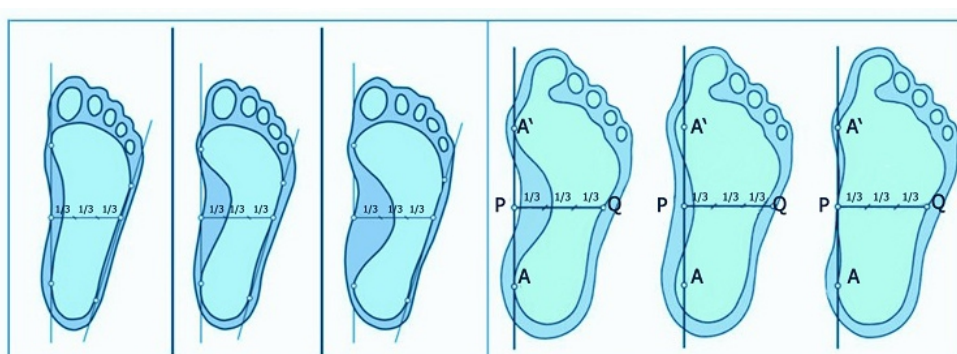
- 1 Разуйтесь
- 2 Снимите обувь и носки.
- 3 Встаньте босиком на прозрачное стекло подоскопа.
- 4 Встаньте прямо
  - Стопы поставьте параллельно, на ширину плеч.
  - Вес распределите равномерно на обе ноги.
  - Расслабьтесь и примите привычную позу.

Попросите сделать фото ваших стоп или посмотрите вниз, через прозрачное стекло вы увидите отпечаток своих стоп. Если вы отмечаете у себя подобные варианты отклонений, это повод обратиться к нашему специалисту для подбора специальных стелек для обуви.

#### Степени поперечного плоскостопия

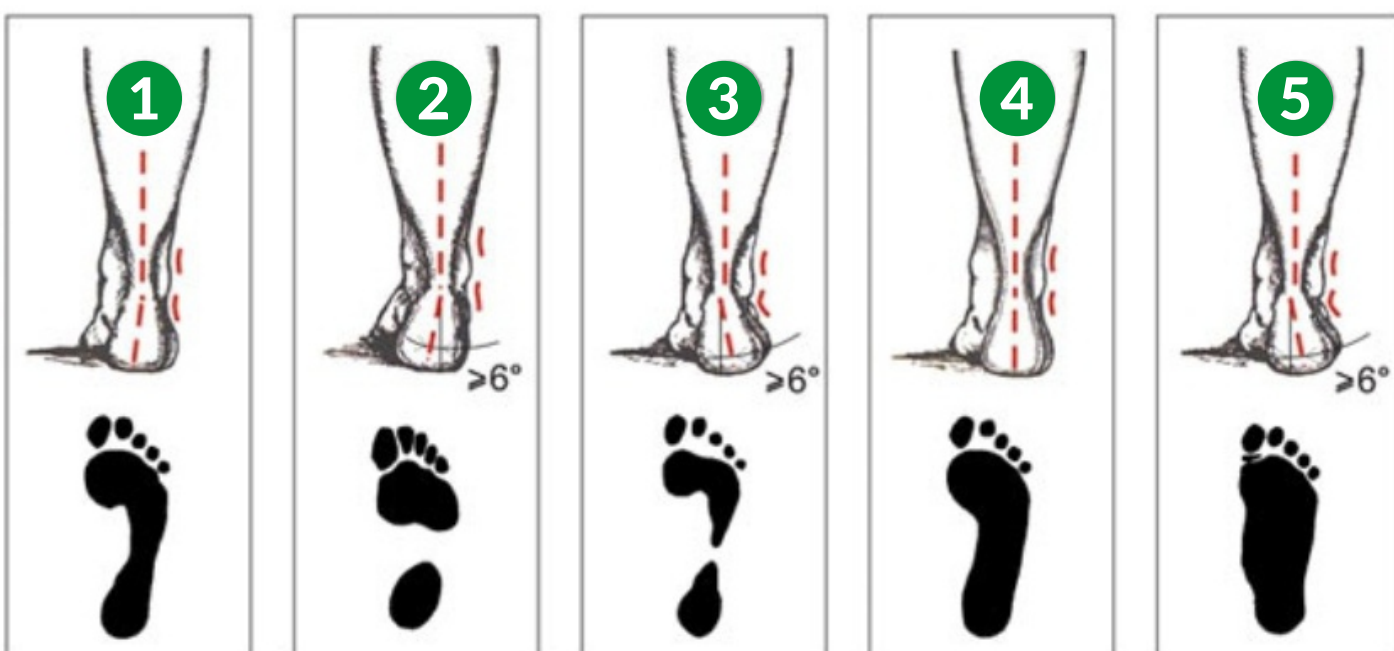


#### Степени продольного плоскостопия



Дети

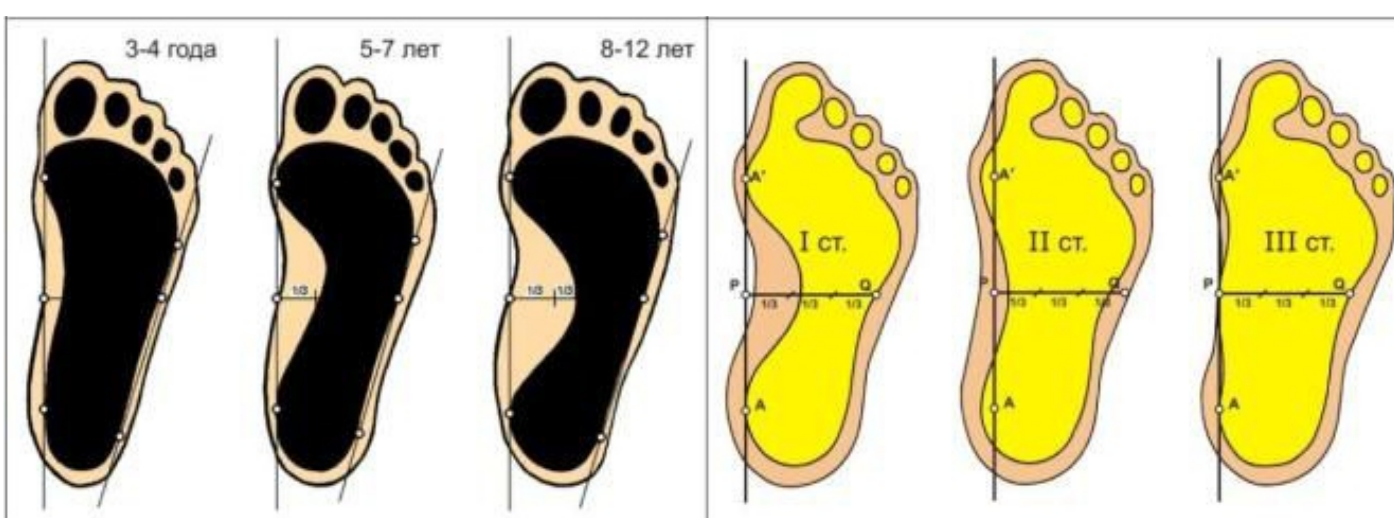
Взрослые



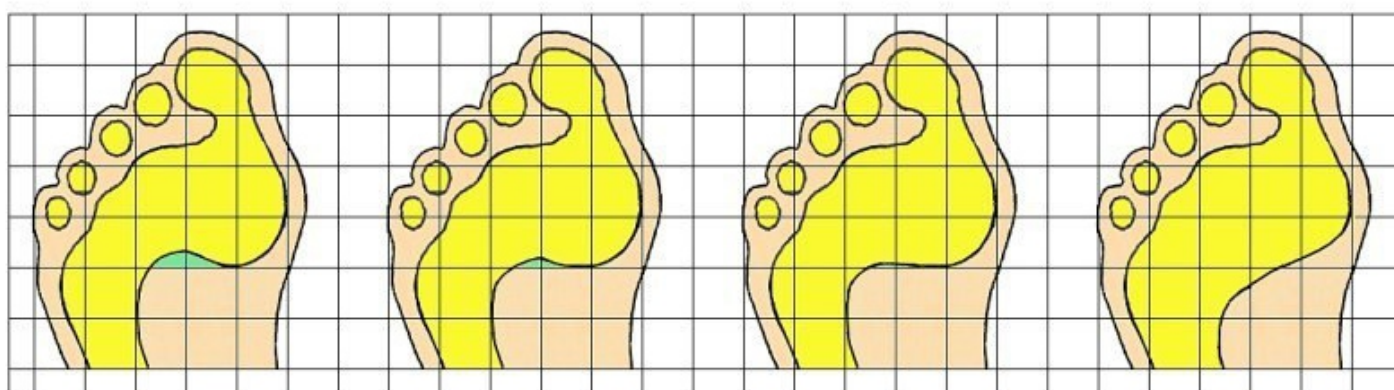
- 1 Нормальная стопа.
- 2 «Полая» стопа (продольный свод чрезмерно высок).
- 3 Валгусная стопа (продольный свод уплощён).
- 4 Уплощённая стопа (продольный и поперечный своды уплощены).
- 4 Плоско-валгусная стопа (продольный и поперечный своды отсутствуют).

Возрастные нормы  
стоп у детей

Оценка степени уплощения  
продольного свода (по ширине  
опорной зоны средней части стопы)



#### Оценка степени уплощения поперечного свода



Норма

Уплощение I ст.

Уплощение II ст.

Уплощение III ст.