

Вообще, костыли в самом широком их понимании (как опоры и вспомогательного инструмента для человека, находящегося в тех или иных трудностях, связанных с передвижением) сыграли в становлении человечества немаловажную роль.

Так, опубликованные американским профессором антропологии Стэнли Эмброузом данные свидетельствуют, что первые люди ходили на двух ногах, держась за деревья. И лишь адаптировавшись, они вышли на открытое пространство. Привычка использовать посох при ходьбе на дальние расстояния известна у разных народов. Он использовался не только как ортопедическая опора, но и как боевое оружие и средство для сбивания плодов с деревьев. А в Древнем Египте был даже праздник, посвященный посоху бога Осириса. Когда же ими стали пользоваться как медицинским вспоможением больным – определить невозможно. Ведь для того, чтобы догадаться, о важных поддерживающих свойствах палки, взятой в руки человеком, особого развития медицины в обществе не требуется.

Однако первое производство «медицинских костылей» относится к Средневековью. Тогда же появилась и трость – «пижонская» модификация костыля. Продолжить краткую «мировую историю костыля» можно следующими фактами. В период расцвета французских и английских дворов XVII-XVIII веков ознаменовался переходом трости в разряд обязательных элементов придворного этикета. Использование трости дамами было обусловлено неудобством обуви, с популярным в то время высоким каблуком. А деревянные костыли купить можно было у отдельных мастеров. В России костыли и трости много лет изготавливались из дерева различных пород. В период дефицита не всегда можно было приобрести нужные ортопедические приспособления, и распространена была комиссионная продажа бывших в употреблении устройств. Объявление: «продам костыли и трости опорные» можно было встретить во многих газетах.

Но перейдем к современным реалиям и научной, медицинской стороне вопроса. Какие бывают костыли, каков принцип их действия? Вследствие полученной травмы или каких-либо других причин людям бывает тяжело передвигаться самостоятельно. В случае нарушения функций опорно-двигательного аппарата или восстановительного периода после перенесенных операций и травм человеку на помощь и придут костыли – «средства реабилитации, которые улучшают координацию движений и уменьшают нагрузку на ноги». Вот такой вот официальный термин.

Сегодня на рынке представлены костыли двух видов – подмышечные и под локоть. Первые используют те, у кого слабые мышцы рук: такая конфигурация костылей позволяет больший упор делать на плечи. Их, как правило, предписывают для людей в возрасте, а также тем, кто имеет большой вес. Костыли под локоть позволяют человеку чувствовать себя более свободно и быть более мобильным. Такие модели отличаются меньшими габаритами. Те, кто используют такой вид костылей при передвижении, больше опираются на кисть и локтевой сустав.

Выбрать эти средства реабилитации сегодня предлагают множество предприятий. Представленные модели изготовлены из современных прочных материалов с использованием новейших технологий и оборудования. Эта продукция подбирается с учетом веса, роста и возраста человека. В случае необходимости костыли можно отрегулировать по высоте и зафиксировать ее надежными замками. Многие модели, в том числе и костыли под локоть, укомплектованы съемными резиновыми наконечниками, предназначение которых – обеспечить хорошую устойчивость во время ходьбы. Как правило, опоры под мышку и под руку (кстати, изготовленные из мягкого материала) являются съемными, поэтому в случае необходимости их можно почистить или постирать.

Для того чтобы передвигаться на костылях было удобно, необходимо помнить о некоторых нюансах. В частности, чтобы не повредить подмышечную область, необходимо стараться переносить массу тела не на подмышки, а на руки. Чтобы движение было устойчивым, нужно выставлять широкую базу для опоры. Оптимальное положение костылей приблизительно 10 см спереди и снаружи относительно стопы. Чтобы обеспечить лучшее равновесие, специалисты советуют держать опорные стойки в костылях под мышку близко к груди. И наконец, во время движения положение тела должно быть максимально ровным.

Сегодня купить костыли, изготовленные из различных материалов, не составляет большого труда. В отечественных магазинах, интернет-магазинах, аптеках представлена продукция из алюминия, дерева и других материалов. Большой ассортимент продукции и широкий диапазон цен позволят в случае необходимости выбрать наиболее удобную и надежную модель. Широк выбор аксессуаров для костылей, полезных как практически так и эстетически.