

POLVI
Korkeilla koroilla kävellessä painopiste lisääntyy polven nivelistölle joka aiheuttaa nivelrikkoa polven alueella. Tutkimuksissa on todettu että polvinivelen kuormitus kasvaa vähintään 26 %, kun nainen pukeutuu korkokenkiin.

PAINE

Korkeat korot työntävät vartalon painopisteen etukumaraan jolloin lantion ja selkärangan alueelle syntyy paine.



Paineen nousu astuvalla jalalla kun korkojen korkeus on



LIHAKSET

Pohje lihakset supistuvat ja kiristyvät kengästä tulevan kulman mukaan. Yleisin muutos on lihasten lyhentyminen ja kiristyminen.



KIRISTYNYT **NORMAALI**

Mortonin pinne

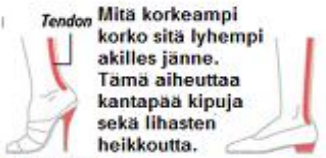


Kapeakärkiset korkokenvät aiheuttavat kudoksen puristumisen hermojen ympärille kolmannen ja neljännen varpaan väliin. Se voi aiheuttaa voimakasta kipua ja varpaiden tunnottomuutta.



AKILLES JÄNNE

Kun päkiä liikkuu alempana suhteessa kantapäähän, akillesjänne kiristyy ja lyhenee.



Kiristynyt akillesjänne

Normaali akillesjänne

VAIVASENLUU ELI HALLUX VALGUS

Kapea ahdas kenkä työntää varpaita yhteen ja aiheuttaa ison varpaan nivel pois paikaltaan menon. Nivel tullehtuu ja siihen kertyy nestettä joka muodostuu rustoksi. Samalla muutkin varpaat menevät virheasentoon.



Vaivasenluu

TAKAREMMI KIRISTÄÄ

Jäykkä kantakuppi tai sandaalin kova hihna voi ärsyttää kantaluuta niin että siihen muodotuu luun laajentuma jota kutsutaan Haglundin kantapääksi.

NILKKA VAMMAT

Korkokengät muuttavat vartalon tasapainoa joka aiheuttaa nilkan alueelle nivel muutoksia. Nämä lisäävät riskiä nyrjähäntäisiin sekä muihin nilkan alueen vammautumisiin.

JALKAPÖYDÄN LUUT

Korkokengät siirtävät vartalon painopisteen väärään kohtaan jalkapöydän luiden päälle. Päkiä alue laskeutuu ja virheasento aiheuttaa voimakkaita kiputiloja.

Känsä Lihas Kovettuma



Keskinivel

VASARAVARVAS

Kapeakärkinen tai liian pieni kenkä puristaa varpaita yhteen ja aiheuttaa lihaksen surkastumisen sekä nivelten jäykistymisen. Tätä kutsutaan vasaravarpaaksi ja varvas kehittyy hyvin salakavalasti huomaamatta. Sitä ei kuitenkaan pysty palauttamaan vaikka vaihtaisikin kengät leveämmäksi tai pehmeämmäksi.