

NGƯỜI VIÊM KHỚP GỐI NÊN ĐI CHÂN ĐẤT

(Ảnh: imagesource)

Những người bị viêm khớp gối mãn tính nên bỏ giày khi nào có thể. Một nghiên cứu mới cho thấy đi lại bằng giày làm tăng sức ép lên đầu gối và khớp hông,

(Ảnh: imagesource)

Những người bị viêm khớp gối mãn tính nên bỏ giày khi nào có thể. Một nghiên cứu mới cho thấy đi lại bằng giày làm tăng sức ép lên đầu gối và khớp hông, khiến bệnh trầm trọng thêm.

Ở bệnh viêm khớp gối mãn tính, nếu bệnh nhân bị đè nặng bất thường lên đầu gối thì sẽ có nguy cơ cao bị chấn thương và phát triển bệnh, nhóm nghiên cứu tại Đại học Y Rush ở Chicago (Mỹ), cho biết.

Các nhà nghiên cứu đã đánh giá tác động của những đôi giày hiện đại lên dáng đi và khớp chi ở 75 bệnh nhân bị viêm khớp gối mãn tính. Tuổi trung bình của họ là 59, chỉ số khối cơ thể (BMI) trung bình là 28,4, và 59 người trong số họ là phụ nữ.

Việc phân tích được thực hiện khi chủ thể mang giày hằng ngày và khi họ đi chân đất. Kết quả cho thấy đi chân đất làm giảm đáng kể lượng sức nặng động lực đè lên đầu gối và hông. Điều này chứng tỏ những đôi giày hiện đại có thể làm trầm trọng thêm căn bệnh.

M.T.