

انگشتان فشرده

Compressed toes

آیا زمانی که کفش پوشیده اید، در پاهایتان احساس سر بودن داشته اید؟

بیش از 7000 عصب در هر پا پایان می یابد. کفش های باریک و تنگ انگشتان پایتان را به یکدیگر می فشارند و میزان جریان خون را در پاها کاهش می دهند. که در کل موجب تورم و سر شدن پاها می شود.

بنا بر این از کفش هایی استفاده کنید که در قسمت محفظه ی انگشتان عریض باشد تا حالت طبیعی انگشتان حفظ شود. همچنین استفاده از پدهای جدا کننده انگشتان موجب می شود انگشتان به مرور زمان در وضعیت آناتومیکی خود قرار بگیرند.