

# 1. ZŠ napravuje zdravotní problémy dětí

**Holešov** - Na začátku letošního školního roku vstoupila 1. Základní škola společně s Josefem Hanákem - vynálezcem a výrobcem speciální biomechanické aktivní obuvi - do společného projektu. Jedna třída prvňáčků dostala speciální přezůvky na počátku září a další pár sandálků si některé děti následně odnesly domů a dostaly i vložky do bot. Tím se mělo zajistit, aby je skutečně nosily po celý den. Druhá třída prvňáčků vstoupila pro porovnání do projektu až po několika měsících.

Vyhodnocení projektu proběhlo 24. března za účasti některých zainteresovaných osobností a z prezentací se potvrdilo nejen to, že naše populace má velké problémy s nohama a chodidly, ale také, že se tato otázka lidského zdraví podceňuje a zanedbává. Příčin je zřejmě více, ale jde především o nevhodnou obuv v souvislosti s tvrdými podlahami a podložím, po kterém chodíme, i špatný životní styl s nedostatkem pohybu. Svou roli hrají i dědičné předpoklady.

Do projektu byl zapojen také uznávaný kroměřížský a holešovský ortoped Alois Hrabec, který školáky na začátku projektu a po šesti měsících vyšetřil. Zlepšení bylo patrné u patnácti dětí, deset z dětí, které dříve měly ortopedické vady, je zcela bez problémů a stav dalších pěti se výrazně zlepšil. Nemají ploché nohy nebo vybočené kotníky. Podobně na no-

šení speciálních stélek reaguje psycholog a třídní učitelky. Uvádějí, že si děti ve škole i po zdravotní a vývojové stránce vedou dobře, zlepšily se v učivu a jsou klidnější.

Odborníci z brněnské Masarykovy univerzity uvádějí, že upravená Hanákova bota podporuje anatomickou stavbu nohy. Jeho obuv díky nášlapné stélce stojí na sedmi bodech, zatímco běžná obuv jen na třech. Tím pomáhá při rehabilitaci. „Po osazení stélek do bot se rozloží tlak na chodidlo a po pár dnech se usadí i pata. Tím se noha uvolní,“ popisoval J. Hanák. „Klenba se může znovu vytvořit i u lidí vyššího věku, což dosud nebylo možné.“ Během delší



doby se tak může u člověka zlepšit celý pohybový aparát. Stélka je vhodná i pro diabetiky a předchází vzniku takzvaných diabetických nohou.

Účastníci tedy hodnotí projekt velmi pozitivně. Se stélkami a botami Hanák se můžete seznámit na dni zdraví 10. dubna v 3. ZŠ.

*R. Seifert*