

【2021 全國科學探究競賽-這樣教我就懂】

社會組 科學文章表單

文章題目：扁平足
文章內容：認識扁平足
<p>人類的腳有一個很重要的構造，就是「內縱足弓」。內縱足弓在人體跑跳或行走時，提供適度的彈力和扭力，並吸收地面的反作用力，以適應各種地形，達到吸震的效果。內縱足弓是由五塊骨頭所形成，由後到前依序為踵骨、距骨、舟狀骨、第一楔狀骨和第一跖骨。所謂「扁平足」，就是指舟狀骨向下移位，造成內縱足弓的塌陷；因而在踏地時內縱足弓消失，同時後足部會呈現「外翻」的現象。</p> <p>扁平足當兵的困難，目前的兵役體位標準規範了「替代役」及「免役」的判定，其中最常見的「免當兵」項目除了身高、體重、視力、心律不整，還有扁平足共計4項。依「體位等級區分標準」規定，扁平足足弓角大於165度，且小於等於168度者判定為「替代役」體位，足弓角大於168度則為「免役」體位。</p> <p>我自己就是扁平足族群，從小就不適合長途跋涉，但是去買了鞋墊之後有明顯改善，而長期下來也有輕微的拇指外翻，而這種情況也只會持續惡化，所以我更需要保持正確的行走姿勢，目前也不知道要不要當兵，但我不會因為可以驗退就開心，因為這代表我的情況很嚴重，對於老年的我是更不樂觀的，我會持續跟我的鞋墊作伴，保持一雙健康的腿。</p>
參考資料 https://health.ltn.com.tw/article/paper/917345