

Ägna lite extra omtanke åt dina fötter

## Den 2 maj är Fothälsodagen

Tema: Hälen

Visste du att:

- Foten består av 26 ben, 32 leder, omkring 20 muskler och mer än 100 ledband?
- Att ha ont i hälen är det enskilt största fotproblemet världen över. En av tio får hälsmärtnor någon gång under sin livstid och smärtan kan vara långvarig
- Att ordet 'häl' kommer från fornsvenska: hael, isländska: ha'ell; ett nordiskt, fornengelskt och frisiskt ord
- Problem med fötterna är fyra gånger vanligare hos kvinnor än hos män
- Det blev frågerekord angående fötter när Fotterapeuten Karolina Torgilsson och Ortorpeden Lisbeth Brax-Olofsson gästade *Fråga doktorn* den 16 januari. Det kom drygt 1700 frågor till chatten.

I år är det trettonde gången som förbundet **Sveriges Fotterapeuter** utlyser den första helgfria tisdagen i maj – i år 2 maj, till nationell fothälsodag och uppmuntrar på så vis svenska folket att ta lite extra hand om sina fötter. De lokala fotterapeuterna uppmärksammar dagen på olika sätt runt om i landet, många håller t ex öppet hus och ger kostnadsfri rådgivning kring allmän fothälsa och fotvård.

**Ann Lindström**, förbundsordförande

Tel: 073-054 73 84

[ann.lindstrom@sll.se](mailto:ann.lindstrom@sll.se)

**Har du frågor eller vill veta mer, kontakta gärna:**

**Kristina Eliasson**, vice förbundsordförande

Tel: 070-350 11 70

[ina.o@telia.com](mailto:ina.o@telia.com)

*Förbundet Sveriges Fotterapeuter är en fri och obunden yrkesorganisation för drygt 2 000 professionella fotterapeuter. Medlemmarna arbetar privat eller är anställda inom kommun och landsting. De finns representerade över hela Sverige. Förbundet Sveriges Fotterapeuter är en av 29 medlemmar i det internationella förbundet för fotterapeuter, Fédération Internationale des Podologues (FIP, med huvudkontor i Paris) som 2001 har utlyst maj till Världsfothälsomånad. [www.fip-ifp.org](http://www.fip-ifp.org)*

**Paula Goldea** är medlem i den internationella Fothälsodag-kommittén

Tel: 070-739 67 42

[paula@goldea.se](mailto:paula@goldea.se)

Vill du inte ha den här typen av information i framtiden, vänligen vänd tillbaka på detta mail.