

國立高雄應用科技大學工業工程與管理系

106 學年實務專題

工業工程與管理系

保護足部之研究

摘要

不管你的生活有多忙碌，有多討厭運動，但「走路」這個號稱全世界最簡單的運動，你一定做得到！近年來健康保健的觀念提升，其中足部的保健是國人健康不容忽視的一塊領域。加上挑選穿著舒適的鞋到為足部量身打造一雙舒適的健康鞋，都是目前國人越來越重視的生活保健。國內許多廠商針對足部的保健訂製客製鞋，但其缺點為耗費時間及金錢較多，且往往只有少數族群才會特別去訂製，並無法讓社會大眾皆能快速且方便就擁有一雙合腳及舒適的健康鞋。本組著重於足鞋關聯的研究與足鞋之人體工學設計，希望帶來鞋類設計的創新與改良，使人們能從健康鞋的穿著，進而達到足部的健康保健以至身體的健康。

都會男女為了追求時尚，買鞋總以搭配做為首要考量，因此往往忽略鞋子的基本功能。專家指出，每走一步路，腳底要承受人體重量的 1.5-2 倍，若腳底壓力太集中，長期下來可能會長繭，甚至造成拇指外翻；因此選擇合適的鞋，可有效減輕腳底壓力。雙腳，是人類身體重要的一部分，它能使我們做很多事，它同時也支撐了人體百分之八十的重量。

走路，是忙碌的現代人最簡單、最方便的運動，打開鞋櫃一看，哪一雙才適合呢？穿錯鞋，不僅達不到健康的目的，反而會造成傷害。其實選對鞋就可以走路、上班一鞋兩用。古時的人們打赤腳；而現代人卻不能不穿鞋子。故鞋子的選擇，也變成了一門大學問。本組而言，有組員因皮鞋太硬而磨傷腳跟、鞋墊太高而扭傷腳、或鞋子不合腳而腳趾長到肉裡去…等。故希望藉此研究，更深入探討鞋對健康的影響。