

Prettig lopen begint met goed passend schoeisel!!! ***Schoenadviezen***

Enkele aankoopadviezen:

- * Koop schoeisel rond het middaguur, dit in verband met het dikker worden van de voeten in de loop van de dag. Schoeisel met veter of klittenband verdient de voorkeur.
- * Bij het passen mogen de schoenen met lichte druk aan de voeten gaan, maar moeten daarna goed zitten.
- * Loop een tijdje op beide schoenen in de winkel. Bij twijfel niet kopen!
- * Koop schoenen met een stevig contrefort en een brede hak van maximaal 3cm voor dagelijks gebruik. Hierdoor staat u stabiel op de schoenen.
- * De schoenen moeten altijd 5mm langer zijn dan de belaste voeten. Als u maatverschil heeft in de voeten, koop dan schoenen passend aan de langste voet en de langste teen..
- * Het model van de schoenen moet overeenkomen met de vorm van de voet:
 - De tenen moeten in de schoenen vrij kunnen bewegen.
 - De tenen moeten recht en naast elkaar liggen in de schoenen, zonder uit hun natuurlijke stand te worden gedrukt.
 - De schoenen moeten de juiste breedtemaat hebben; de ° hiel moet goed in het contrefort zitten en de voorvoet mag niet knel zitten. Koop eventueel schoeisel met een gebroken wijdte maat. (extra brede voorvoet)
- * Schoenen van synthetisch materiaal ademen niet. Leder verdient hierom de voorkeur. Behalve als het advies van de 3 podotherapeut specifiek synthetisch materiaal betreft. Het onderwerk (de loopzool) mag uit verschillende materialen zijn opgebouwd.

Houd bij aanschaf van schoenen rekening met uw klachten. Hierover kan uw podotherapeut meer informatie geven.

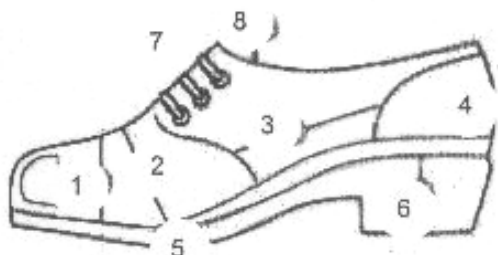
Specificatie van de schoenen

- o Als u problemen heeft met de voorvoeten, koop dan schoenen met een brede voorvoet en soepel bovenleer zonder voelbare stiknaden. Deze schoeneigenschappen gelden altijd voor diabetici.
- o Als u problemen heeft met de hiel, koop dan een schoen met een verende stevige loopzool.

Specificatie van de schoenen door uw podotherapeut

- o Loopzool
 - o zeer buigzaam, schokdempend
 - o licht buigzaam
 - o weinig buigzaam, schokdempend
 - o ...
- o Bovenwerk
 - o zacht leder
 - o kunststof/neopreen
 - o absoluut geen stiknaden
 - o ...
- o Overige bijzonderheden:

Als u podotherapeutische zolen draagt, neem deze altijd mee bij het passen van schoeisel! Bij het aanschaffen van schoeisel verdient schoeisel met een uitneembare inlegzool de voorkeur; u kunt de podotherapeutische zool in plaats van de confectieschoenzool dragen!



1. hoogte
2. breedte
3. geleng
4. contrefort
5. loopzool
6. hakhoogte
7. wreefsluiting
8. tong