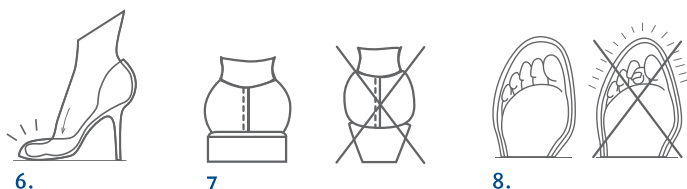


Algemeen schoenadvies



De juiste schoen



Zo mag het niet: de schoen sluit achter in de hiel wel aan, maar de tenen liggen bekneeld in de schoen.



Een te wijde schoen. De voet zal naar voren kruipen en de ruimte die voor de tenen moet zitten wordt bij de hiel zichtbaar.



Zo behoort het te zijn. De schoen sluit goed in het achterste gedeelte en de tenen hebben voldoende ruimte en overmaat.

Ga winkelen op een rustige dag en laat beide voeten meten, zowel de lengte als de breedte. Bij het passen moeten de schoenen meteen goed zitten en mogen ze nergens knellen. Het is fout om te denken dat schoenen nog wel 'in zullen lopen'.



Voorwaarden voor uw schoenen

1. Sterk geleng: om doorzakken van de voet te voorkomen
2. Vetersluiting: voor een goede omsluiting van de enkel
3. Sterk contrefort: voor een goede fitting van de voet
4. Uitneembaar voetbed: voor ruimte van de steunzool
5. Glad voorblad: ter voorkoming van beschadiging van de voet
6. Hakhoogte: dames niet hoger dan 3cm, heren niet hoger dan 2cm. (zie tekening)
7. De hak dient een breed en stabiel draagvlak te hebben (zie tekening)
8. Voldoende breedte in de voorvoet (zie tekening)

Advies bij het gebruik van steunzolen

Let bij het kopen van schoenen erop dat het voetbed uitneembaar is. Het duurt ca. 3 weken voordat u aan de steunzolen gewend bent. Draag de zolen de eerste dag een uur en bouw dit met een uur per dag op.

Afwikkelrol

Bij bepaalde klachten wordt er door uw arts een afwikkelrol voorgeschreven. Deze wordt onder de zool en hak van uw schoenen gelijmd en is ongeveer 1,5 cm dik.

Een afwikkelrol wordt gebruikt om de voet kunstmatig te laten afwikkelen. Het wordt onder beide schoenen gemaakt, omdat u anders scheef loopt.

Niet elke schoen is geschikt voor zo'n afwikkelrol. Houdt u daarom het algemeen schoenadvies in acht. Als u door uw arts doorverwezen bent naar een orthopedisch schoentechnicus, is het belangrijk dat u 2 à 3 paar schoenen meeneemt, zodat hij kan bepalen welke schoenen het beste geschikt zijn.

Bij het kopen van schoenen is het goed de winkelier ons schoenadvies te laten zien. Zo kan hij met zijn kennis bepalen of de schoen geschikt is. De eindbeoordeling blijft bij de orthopedisch schoentechnicus. Vraag daarom altijd of u de schoenen op zicht mag meenemen. U kunt dan altijd ruilen als ze niet geschikt blijken te zijn.



Orthopedische schoentechniek • Podotherapie • Steunzolen • Comfortschoenen

www.pendersvoetzorg.nl



Penders Voetzorg
B e w e e g j e v r i j



○ Hoofdkantoor Heythuysen
Oude Trambaan 25
6093 CD Heythuysen
T 0475 493 900
F 0475 494 166

○ Roermond
Notenboomlaan 60
6042 AW Roermond
T 0475 352 650

○ Weert
Emmasingel 33a
6001 BA Weert
T 0475 493 900
F 0475 494 166

○ Tegelen
Venloseweg 17-19
5931 GR Tegelen
T 077 373 26 00
F 077 373 46 65

○ Delft
Reinier de Graafweg 1
2625 AD Delft
T 015 262 62 34
F 015 257 39 23

○ Den Haag
Televisiestraat 242
2525 LV Den Haag
T 070 305 25 50
F 070 305 25 51

○ Zorgboulevard Venlo
Tegelseweg 210
5912 BL Venlo
T 077 373 26 00
F 077 373 46 65

○ Gouda
Ronsseweg 2
2803 ZM Gouda
T 0182 513 078
F 0182 582 440

○ Tiel
President Kennedylaan 1-G
4002 WP Tiel
T 0344 624 435
F 0344 633 985

○ Rotterdam
Schiedamsdijk 76a
3011 EL Rotterdam
T 010 412 37 25
F 010 412 00 00

○ Doetinchem
Bilderdijkstraat 2
7002 AB Doetinchem
T 0314 324 677
F 0314 324 468

Correspondentieadres:
Postbus 3116
6093 ZJ Heythuysen