



Gebruik & onderhoud

Natuurlijk wilt u langdurig en zonder klachten genieten van uw schoenen. Goed onderhoud is dus van belang. Het bevordert de gebruiksduur en het draagcomfort. Hoe onderhoudt u uw schoenen het best? Wij hebben alle belangrijke punten over het gebruik en het onderhoud op een rijtje gezet.

Aan- en uittrekadviezen

Maak de sluiting altijd volledig los. Dat is voor u makkelijker en voor de levensduur van de schoenen beter. Verder adviseren wij het gebruik van een schoenlepel. Zo voorkomt u dat de schoenen onnodig vervormen. Bij het aantrekken moet u uw voeten goed tegen

de achterkant van de schoen plaatsen. Maar vervolgens de sluiting weer stevig vast voor een goede fitting. U voorkomt zo het schuiven van de voeten in de schoenen.

Gebruik

Uw schoenen zijn grotendeels gemaakt van leer. Leer is een natuurproduct en heeft een unieke eigenschap. Geleidelijk gaat de leren schoen naar de vorm van uw voet staan. Uiteindelijk voelt leer aan als uw tweede huid. Prettig en comfortabel. Maar eerst ook nog vreemd en onwennig. Uw voeten moeten namelijk wennen aan de correctie en de ondersteuning die uw schoenen geven. We raden dan ook aan de schoenen in te lopen. Het inlopen bouwt u binnen twee weken op. Het inloopadvies vindt u hieronder:

Inloopadvies

Een inlooptijd is dus noodzakelijk. Overleg met ons welk inloopschema het meest geschikt is voor uw voeten. Het schema is afhankelijk van onder andere uw medische indicatie en ervaring. Ons advies zorgt voor een comfortabel draagcomfort.

Hebt u problemen tijdens de opbouwfase? ga dan een stap terug in het schema. Vervolgens houdt u twee dagen dezelfde draagtijd aan.

Zo kunnen we uw klachten beter beoordelen. Na ongeveer twee weken moet u gewend zijn aan de correctie.

	1e dag	2e dag	3e dag	4e dag	5e dag	6e dag	7e dag	8e dag	9e dag
Volwassenen o Schema 1	1/2 uur	1 uur	2 uur	3 uur	3 uur	5 uur	5 uur	8 uur	Hele dag
Volwassenen o Schema 2	1 uur	2 uur	3 uur	4 uur	6 uur	8 uur	Hele dag		
kinderen o Schema 1	1 uur 2x per dag	2 uur 2x per dag	2 uur 2x per dag	4 uur	8 uur	8 uur	Hele dag		
kinderen o Schema 2	2 uur 2x per dag	4 uur	4 uur	8 uur	Hele dag				

Hebt u na deze periode nog last? Neem dan contact op met ons voor een controle afspraak.

Transpiratie

Het dragen van gesloten schoenen kan het transpireren verergeren. Met de volgende maatregelen vermindert u deze klacht:

- Wissel regelmatig van schoenen
- Draag katoenen of wollen sokken en verschoon deze dagelijks
- Was uw voeten regelmatig zonder zeep
- Gebruik anti-transpiratiecreme of een voetpoeder

Hebt u nog steeds transpiratieklachten? Raadpleeg dan uw huisarts of dermatoloog.

Wisselen

Uw schoenen nemen transpiratievocht op. U moet ze dan ook regelmatig luchten. Na aanschaf van het eerste paar kunt u aanspraak maken op een wisselpaar: draag vervolgens de schoenen niet langer dan twee dagen achtereen. Wisselen is noodzakelijk. Het wisselen verlengt namelijk de levensduur van uw schoenen.

Zijn u schoenen erg nat? Zet ze nooit bij een warmtebron om ze sneller te laten drogen. Plaats er schoenspanners in en enkele tissues. Laat ze daarna drogen op kamertemperatuur.



Onderhoud

Zorgvuldig onderhoud bevordert de gebruiksduur van uw kostbare schoenen. Poets uw leren schoenen daarom minimaal een keer per week met een schoencreme. Dan blijven ze mooi en soepel. Suede en nubuckschoenen kunt u borstelen met een suedeborstel of een nubuckblokje. Verder dient u de schoenen regelmatig in te spuiten met een beschermingspray.

Draagt u uw schoenen even niet? Zet er dan schoenspanners in. Zo blijven uw schoenen in optimale vorm. Gaan uw schoenen tijdens het lopen een beetje kraken? Strooi dan wat talkpoeder tussen het losse voetbed en de binnenzool.

Reparatie

Het doorlopen op versleten hakken en zolen kan onherstelbare schade aanrichten. Op tijd vervangen is dus meer dan verstandig. Natuurlijk voeren wij deze reparaties graag voor u uit. Het is in uw belang. Zo behoudt u de garantie op uw schoenen.

Voetverzorging

Goede voetverzorging is voor iedereen van belang. U verkleint de kans op eelt, likdoorns, ingegroeide nagels en andere vervelende klachten.

Enkele aandachtspunten:

- Was de voeten dagelijks en droog ze goed af.
- Beperk het gebruik van zeep.
- Knip nagels recht en niet te kort af.
- Verwijder overmatig eelt.
- Smeer de voeten dagelijks in met een goede voetencreme.

Diabetici en reumapatiënten kunnen beter een pedicure inschakelen. Deze specialist weet precies welke behandeling het meest effectief is. Er bestaan tegenwoordig ook pedicures die medisch geschoold zijn. Bij diabetici vermindert de bloedsuiker in benen en voeten. De huid wordt kwetsbaar en wondjes genezen zeer moeizaam. Vervolgens kunnen nagels verdikken en vervormen. Ook kan het gevoel in de voeten verminderen of totaal verdwijnen. Met diabetes hebt u dus een verhoogde kans op ernstige voetproblemen.

Wat kunt u zelf doen om problemen te voorkomen?

- Loop nooit op blote voeten, draag altijd uw aangepaste schoenen.
- Controleer vóór het aantrekken van de schoen op de aanwezigheid van vuil, steentjes of iets dergelijks.

- Zorg dat uw schoenen niet knellen. Indien dit het geval is, maak dan direct een controle-afspraken met ons.
- Controleer uw voeten inclusief de onderkant regelmatig op wondjes en drukplekjes. Eventueel met een spiegel of met behulp van iemand.
- Neem geen voetbaden.
- Experimenteer niet met wondjes, maar laat er direct naar kijken.
- Laat regelmatig uw voeten en schoenen controleren.

Geheugensteun

Wilt u onthouden wanneer u weer in aanmerking kunt komen voor vergoeding van een nieuw paar schoenen? Noteer dan de data in het schema hieronder:

Datum aanschaf _____

Datum nieuw paar _____

Breed assortiment

Van Nieuwenhoven Orthopedie verstekt onder andere de volgende hulpmiddelen:

- Steunzolen en inlays
- Aanpassingen aan confectieschoenen
- Semi-orthopedische schoenen en personal pair
- Orthopedische schoenen
- Thematisch schoeisel zoals verbandpantoffels en extra zachte schoenen
- Comfortschoenen
- Therapeutische elastische kousen

