



## Kopen van nieuwe kinderschoenen

Geen kindervoet is hetzelfde. Daarom is het belangrijk dat je kind schoenen draagt die passen bij zijn of haar voeten. Het is goed te weten waar je bij het kopen van nieuwe kinderschoenen op moet letten. Wij helpen je hier als voeten- en schoenenspecialist natuurlijk graag bij. Overigens: dure schoenen zijn niet altijd beter en kinderschoenen hoeven niet per se een laag model te hebben.

### Kindervoeten hebben ruimte nodig om te groeien!

Een kindervoet is niet te vergelijken met een volwassen voet. Bij de geboorte zijn niet alle botstructuren in de voet volledig ontwikkeld. Die bestaan voor een groot deel nog uit kraakbeen. Dit betekent dat kindervoeten buigzamer zijn en nog vervormbaar. Daarom is het van belang dat schoenen goed passen en dus niet te klein zijn. Wanneer een kind 5 jaar is, is het kraakbeen grotendeels omgezet in bot.

De groei van kindervoeten gaat in spurten. De meeste groei vindt echter plaats in de eerste levensjaren. Het is daarom belangrijk om regelmatig de maat te controleren.

Heeft je kind geen klachten, voetstandafwijking of een onderliggende diagnose? Dan voldoet iedere kinderschoen met genoeg groeiruimte. De tips hiernaast zijn dan niet van toepassing voor jouw kind!

### Draagt je kind orthopedische voetbedden?

Nieuwe schoenen kopen, kun je het beste doen voordat je nieuwe orthopedische voetbedden van OIM Orthopedie

hebt ontvangen. Hierbij moeten de schoenen uitneembare zolen hebben, zodat deze vervangen kunnen worden door de orthopedische voetbedden. Belangrijk is dat de schoenen een versteviging rond de hiel hebben, hoog op de voet sluiten en goed passen in de breedte en lengte. De schoen moet ook met het orthopedisch voetbed diepte hebben, zodat de voet niet uit de schoen slipt.

### Heeft je kind een spalk in de schoen?

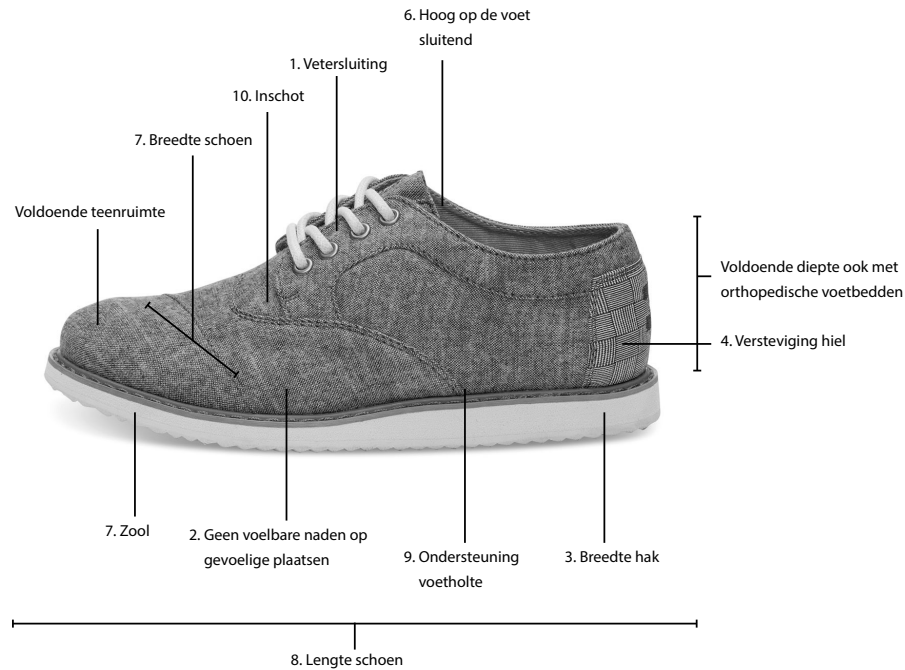
In dat geval is het van belang dat je kind een schoen heeft met een uitneembare zool en een voldoende grote opening om de spalk erin te schuiven (deze geeft namelijk niet mee). Het helpt daarbij als het 'inschot' (zie punt 10 op de achterzijde) van de schoen ver naar voren ligt. De schoen dient verder voldoende ruimte te hebben in de hoogte, breedte en lengte en mag niet knellen.

## Heb je alle tips ter harte genomen?

Toch is het verstandig bij aanschaf van nieuwe schoenen de winkelier te vragen of je de schoenen mag ruilen. Het kan zijn dat de orthopedisch adviseur vindt dat de schoenen toch niet geschikt zijn. Als je niet op de nieuwe schoenen gaat lopen en uitlegt waarvoor de schoenen zijn bedoeld, is dit vaak geen probleem.

**Veel plezier bij het kopen van de nieuwe kinderschoenen!**





### 1. Vetersluiting

Veterschoenen hebben meestal een betere pasvorm. De veterschoen is stevig te sluiten over de gehele wreef en zorgt ervoor dat de voet vast in de schoen ligt. De veter voorkomt het in- en uitslippen uit de schoen. Indien je een beperkte handfunctie hebt, vormt een klittenbandsluiting een goed alternatief.

### 2. Geen voelbare naden op gevoelige plaatsen

Heb je pijnlijke tenen en/of uitsteeksels aan de voet? Dan is het belangrijk dat het bovenleer niet hard is en de schoen geen voelbare naden heeft.

### 3. Breedte hak

Voor voldoende stabiliteit mag de hak niet smaller zijn dan de schoen.

### 4. Versteving hiel

De schoen moet een versteving rond de hiel hebben, die de hiel ondersteunt en op zijn plaats houdt. Dit wordt ook wel contrefort genoemd. Bij een lage schoen moet je er op letten dat de hiel zo hoog mogelijk door de schoen wordt omsloten, en dat de versteving rond de hiel goed om de voet sluit.

### 5. Zool

Bij gevoelige voeten is het lopen op een wat verende rubberzool meestal prettiger.

### 6. Over de wreef sluitend

De schoen moet over de gehele wreef goed sluiten.

### 7. Breedte schoen

De schoen moet goed passen in breedte. In de breedte mogen de tenen en de bal van de voet niet buiten de binnenzool vallen. Ook mogen de tenen de bovenkant van de schoen niet raken. Het kan zijn dat je schoenen moet aanschaffen in een bepaalde wijdtmaat. Met de wijdtmaat wordt aangegeven hoe smal of breed een schoen is.

### 8. Lengte schoen

Het is belangrijk dat je genoeg teenruimte hebt. De schoen moet ongeveer 1 cm langer zijn dan de langste teen. De schoen moet goed passen in de lengte. Er moet voldoende ruimte zijn bij de bal van de voet en bij de tenen.

### 9. Stevige schoen

De schoen moet ter hoogte van de voetholte voldoende stevigheid bieden om doorzakken van de zool te voorkomen.

### 10. Inschot

Draagt je kind een spalk in de schoen, dan is het prettig als het inschotpunt zo ver mogelijk naar voren ligt. Zo is er meer ruimte om de spalk in de schoen te schuiven.