



Schoenadvies bij Diabetische voet

Chirurgie

Beperk het risico op drukplekken met de volgende schoenadviezen:

- Koop uw schoenen altijd 's middags. In de loop van de dag worden uw voeten namelijk dikker. Zo koopt u schoenen die goed passen.
- Koop schoenen zonder stiknaden ter hoogte van de voorvoet. Stiknaden maken het leer minder soepel en kunnen irritaties geven.
- De tenen moeten in de schoen vrij en recht naast elkaar kunnen liggen. De schoen mag niet te spits toelopen. Als u staat, moet de schoen 1 cm langer zijn dan de langste teen.
- Schoenen moeten een veter- of klittenbandsluiting hebben, want dat geeft extra stevigheid aan de voet en voorkomt schuiven. Trek de sluiting stevig aan. Instappers zijn NIET geschikt!!
- Heeft u zolen of prothesen die u wilt dragen in de schoenen? Neem deze dan altijd mee naar de winkel en pas de schoenen met uw zolen of protheses.
- Als u zolen draagt, haal dan het uitneembare voetbed uit de schoen en vervang deze door uw eigen zool. U verliest dan geen ruimte in de schoen. De zool moet vlak in de schoen liggen.
- De hak van de schoen mag maximaal 2 cm hoog zijn. Is de hak hoger dan ontstaat een verhoogde druk onder de voorvoet.
- Belangrijk voor de ondersteuning van de voet is de hielversteviging. Deze mag niet te gemakkelijk vervormen.
- Wissel zo mogelijk dagelijks van schoenen.
- Draag uw schoenen de hele dag, ook binnenshuis!! Sloffen en pantoffels zijn geen optie!!
- Uw voeten veranderen naarmate u ouder wordt, laat ze daarom jaarlijks opmeten.

Specifiek advies voor passend schoeisel:

Loopzool:

- weinig buigzaam, schokdempend en afwikkeling voorvoet

Bovenwerk:

- zacht leer
- flexibel leer
- rekbaar leer
- absoluut geen voelbare stiknaden ter hoogte van de neus

Overige bijzonderheden:

- uitneembare inlegzool
- ruimte voor orthese / extra teenhoogte
- achterstuk rondom hiel moet van stevig leer zijn
- vetersluiting of goede klittenbandsluiting met terugslag trek de sluiting stevig aan

Vragen

Heeft u nog vragen, stel ze gerust aan uw behandelend arts.

Bij dringende vragen of problemen vóór of na uw behandeling, neemt u dan contact op met het ziekenhuis.

Contact locatie Hoorn

Telefoon: 0229 257828 (polikliniek chirurgie)

Bereikbaar op maandag t/m vrijdag 08:00 uur – 17:00 uur

Telefoon: 0229 757699 (spoedeisende hulp)

Bereikbaar buiten kantooruren en in het weekend

Contact locatie Purmerend

Telefoon: 0299 457640 (polikliniek chirurgie)

Bereikbaar op maandag t/m vrijdag 8.30 uur - 17.00 uur

Website: www.dijklander.nl/chirurgie

Tot slot

Bent u van mening dat bepaalde informatie ontbreekt of onduidelijk is, dan vernemen wij dat graag van u.

Bron

Bij het opstellen van deze brochure werd gebruik gemaakt van richtlijnen zoals opgesteld door de Federatie Medisch Specialisten, uitgebreid en aangepast aan de werkwijze van de vakgroep chirurgie van het Dijklander Ziekenhuis.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Locatie Enkhuizen

Molenweg 9b
1601 SR Enkhuizen
T. 0228 312 345

Locatie Hoorn

Maelsonstraat 3
1624 NP Hoorn
T. 0229 257 257

Locatie Purmerend

Waterlandlaan 250
1441 RN Purmerend
T. 0299 457 457

Locatie Volendam

Heideweg 1b
1132 DA Volendam
T. 0229 257 500

Postbus 600, 1620 AR Hoorn

www.dijklander.nl
info@dijklander.nl



FLD-00285-NL 14-02-2024