



Podotherapie

Sonderkamp & Wijnands



Kindervoeten

Raadpleeg uw podotherapeut met al uw vragen omtrent de kindervoet.

Neem contact met ons op:

077-3548221

info@podovento.nl

www.podovento.nl

Één doel, één team, één taak!

Kindervoeten

Klaagt uw kind met regelmaat over zijn voeten en/of benen? Slijten de schoenen abnormaal of heeft u het gevoel dat uw kind vaker struikelt? De podotherapeut kan mogelijk een oplossing bieden. De ontwikkeling van de kindervoet is een proces dat soms extra hulp en begeleiding nodig heeft.

Wanneer kinderen zijn geboren hebben ze vaak platte voetjes. De botstructuren in de voet zijn dan nog niet volledig ontwikkeld en bestaan voornamelijk uit kraakbeen. Naarmate het kind ouder wordt, wordt het kraakbeen langzaam omgezet in bot en worden de voeten sterker. De spieren in de voet beginnen ook steeds beter hun werk te doen. Gemiddeld duurt de ontwikkeling van de voet tot het negende levensjaar.



Podotherapeut

Het preventief screenen is iets wat erg belangrijk is bij de ontwikkeling van de kindervoet. Het tijdig ontdekken van een foutieve stand van de voet, knie of heup, kan in de ontwikkeling van het kind vaak problemen voorkomen. Wij voeren een uitgebreid voetonderzoek uit en kijken naar de totale lichaamshouding.

Voetgerelateerde klachten die onze podotherapeuten veel zien bij kinderen:

- Overmatig struikelen
- Niet lang kunnen en/of willen lopen
- Afwijkende voetstand
- Afwijkende teenstand
- Vermoeidheid in de voeten en/of benen
- Hielklachten
- Pijn tijdens het sporten (sportblessures)
- Knie- heup- en/of rugklachten
- Beenlengteverschil
- Snel afslijten van de schoenen
- Ingegroeide nagels
- Groei gerelateerde klachten

Goed schoeisel zal bijdragen aan het voorkomen van klachten!

Waar moet een goede kinderschoen aan voldoen?

Bij kinderen die nog niet lopen of hiermee net beginnen is het aan te raden om ruime, soepele schoenen te dragen. Op het moment dat kinderen goed beginnen te lopen dienen de schoenen aan de volgende eigenschappen te voldoen:



In geval van klachten of ongerustheid omtrent de voetontwikkeling van uw kind, neem dan contact op met ons! Wij adviseren u graag.

- **Voldoende groeiruimte:**
Een kinderschoen mag ongeveer 10 tot 13 mm (!) groter zijn dan dat de voet is. Dit is nodig voor groei en afwikkeling van de voet.
- **Juiste wijdtemaat:**
Een te smalle schoen kan problemen geven rondom de bal van de voet en de tenen. Een te brede schoen zal ervoor zorgen dat de voet gaat schuiven.
- **Goede wreefsluiting:**
Dit voorkomt schuiven in de schoen.
- **Stevig contrefort (hielomsluiting):**
De voet wordt stevig vastgehouden door de schoen en heeft minder kans om te zwikken.
- **Een goede loopzool:**
Dat wil zeggen, veerkrachtig en niet te dun of te zwaar. Rubber is dan ook het meest geschikte materiaal.
- **Buigpunt van de schoen:**
Dit hoort onder de bal van de voet te zitten en is van belang voor een goede voetafwikkeling. Te slap of te stug kan problemen geven.
- **Een leren schoen is nog altijd de beste keus:**
Dit zorgt voor een goede ventilatie. Tevens laat leer zich gemakkelijk naar de vormen van de voet aanpassen.

Direct toegankelijk

U kunt zich bij ons zowel met als zonder verwijzing aanmelden voor een afspraak.

U vindt ons op de volgende locaties:

Venlo	Turfstraat 14
Venlo	Veestraat 5c
Panningen	John F. Kennedylaan 231a
Tegelen	Posthuisstraat 5
Maasbree	Achter de Hoven 4d

Neem contact met ons op:

077-3548221

Podotherapie Sonderkamp & Wijnands BV
is lid van:

