

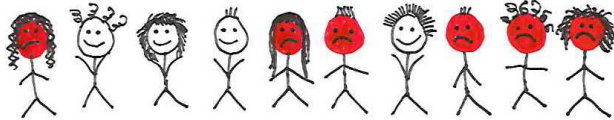
## Tipps zum Kinderschuhkauf



Mit den nachfolgenden Tipps wollen wir Ihnen helfen, den richtigen Kinderschuh zu finden.

- Der Schuh sollte aus leichtem, weichem Material bestehen und eine biegsame, rutschfeste Sohle aufweisen. Im Vorderfußbereich sollte sich die Sohle bis zu 90° biegen und verdrehen lassen
- Ein ausgeformtes Fußbett oder Einlegesohlen sind nicht notwendig, Kinderfüße brauchen Training um sich entwickeln zu können
- Der Schuh sollte aus atmungsaktivem Material bestehen, denn auch Kinderfüße schwitzen ordentlich
- Verlassen Sie sich nicht in erster Linie auf Markennamen
- Die Füße Ihres Kindes sollten regelmäßig vermessen werden. Am besten alle 3 - 4 Monate

Ist es nicht erschreckend, dass nur 40 Prozent der Erwachsenen gesunde Füße aufweisen, obwohl 98 Prozent aller Kinder mit gesunden Füßen geboren werden?



Zu kleine Schuhe können zu Fehlstellungen der Füße führen, zu grobe Schuhe hingegen verursachen Verkrampfungen der Zehen, um im Schuh Halt zu finden. Vermeiden Sie auch zu enge Socken oder Strumpfhosen.

### Vorne weg:

Barfußlaufen ist am besten für die gesunde Entwicklung von Kinderfüßen, aber das ist natürlich nicht immer möglich.

Für drinnen stellen Stoppersocken oder Socken mit durchgängiger Silikonsohle eine gute Alternative dar, wenn es kalt wird.

### Auf die richtige Fußmessung kommt es an:

- Zur Messung kann ein WMS-Gerät verwendet werden. Dieses Gerät misst die Breite sowie die Länge des Fußes nach WMS-System und gibt der Fußlänge automatisch 12 mm hinzu.
- Alternativ können Sie die Fußlänge auch mittels einer Schablone bestimmen: Zeichnen Sie dabei die Umrisse beider Füße auf einem Karton nach und fügen dem längsten Punkt auch hier 12 mm hinzu. Die Schablone sollte problemlos in den gewünschten Schuh passen
- Bei vielen Kindeschuhen lässt sich die Innensohle herausnehmen: In diesem Fall soll sich das Kind auf die Sohle stellen. So kann kontrolliert werden, ob die Sohle zusätzlich 12 mm länger ist
- Oder: Sie lassen die Füße Ihres Kindes mit einem Scanner vermessen
- Die Daumenprobe sollte nur als grober Anhaltspunkt dienen, da Kinder häufig ihre Zehen beim Test einziehen



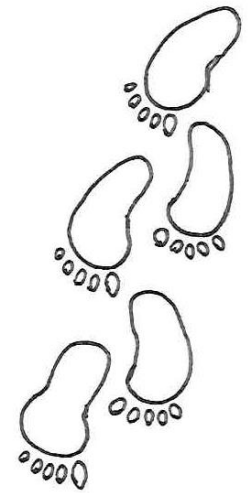
- Die beste Zeit zum Kauf ist **nachmittags**, da auch Kinderfüße im Laufe des Tages anschwellen
- Nehmen Sie Ihr **Kind** immer zur **Anprobe** mit - verlassen Sie sich nicht ausschließlich auf die Messmethode
- Verlassen Sie sich nicht ausschließlich auf die Größe. Zwischen den zahlreichen Schuhanbietern gibt es teilweise große **Unterschiede** bei den Größen  
Auch die Schuhbreiten sind von Fabrikant zu Fabrikant unterschiedlich
- Verlassen Sie sich nicht auf das Urteil Ihres Kindes: Kinder spüren noch nicht, ob sie der Schuh einengt oder drückt
- Gehen Sie beim Kinderschuh-Kauf **keine Kompromisse** ein:  
Das letzte Wort haben immer Sie!

**Feste Schuhe sind erst nötig, wenn Ihr Kind die ersten Schritte alleine gehen kann.**



#### Folgen nicht richtig sitzender Schuhe:

- Erste Symptome sind Rötungen, Druckstellen und Blasenbildung
- Zu kleine Schuhe können die Zehenstellung verändern, was zu schmerzhaften Gelenksveränderungen führen kann



...Und zu guter Letzt:

**„Nicht auf jeden Fuß, passt derselbe Schuh.“**

(Pubilius Syrus, 1. Jahrhundert v. Chr.)

