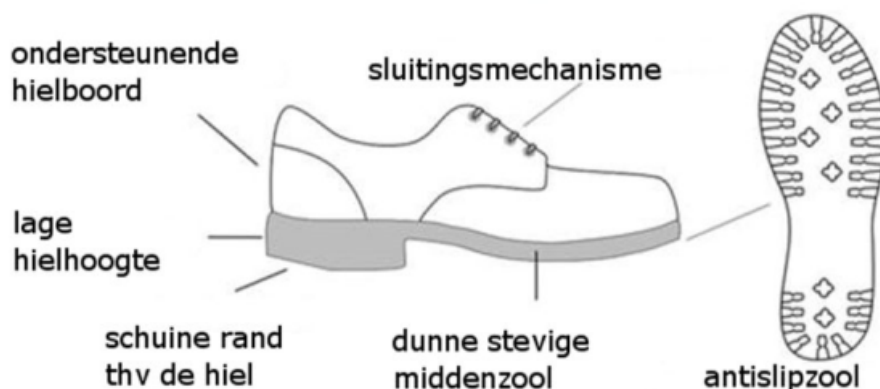




# Inleiding

Vanwege valpreventie hechten wij veel belang aan de veiligheid van het schoeisel dat u draagt. Het risico op vallen vergroot immers wanneer u onveilig schoeisel draagt.

Wij geven u belangrijke informatie over veilig schoeisel met deze brochure.



Indien u nog vragen heeft, kan u terecht bij de ergotherapeuten, verpleegkundigen, kinesitherapeuten...

# Wat verstaan we onder veilig schoeisel?

- De schoenen zitten **stevig rond uw voet**. Ze **omsluiten uw enkel**, wat de nodige steun geeft.
- De schoen moet **achteraan voldoende hoog zijn** en voldoende steun bieden aan de voet. Dit voorkomt dat men met de hiel naast de schoen stapt of dat de schoen uitvalt.
- De schoenen hebben een **niet gladde zool**. Wanneer te zacht materiaal gebruikt wordt in de middenzool, kan dit leiden tot instabiliteit.
- Kies schoenen met een **hak die maximum drie tot vier centimeter hoog** is. Hogere hakken verhinderen een natuurlijk gangpatroon en kunnen er voor zorgen dat u problemen krijgt in andere gewrichten.
- Wanneer men **binnenshuis** pantoffels draagt, moeten deze achteraan ook gesloten zijn.

Enkele voorbeelden van goed schoeisel:

Veilig



Sandaal met  
voorgevormde  
binnenzool  
en riem aan de hiel.



Instappers met  
gesloten hiel.



Gesloten schoen  
met veters.



Gesloten pantoffel  
al dan niet  
met  
velcrosluiting.



Gesloten schoen  
met  
velcrosluiting.



Gesloten schoen  
met lage  
hak.

# Wat verstaan we onder onveilig schoeisel?

- Te kleine schoenen zitten niet comfortabel bij het stappen, waardoor ze ook drukplekken achterlaten.
- Te grote schoenen (hielen die loskomen) geven te weinig steun.
- Schoenen waarbij velcro loskomt zijn onveilig.
- Schoenen met een te sterke antislip (zoals sommige sportschoenen) zijn ook niet aangewezen, vermits deze teveel hecht aan sommige vloeren.

Enkele voorbeelden van onveilig schoeisel:

Onveilig



Open pantoffels.



Crocs.



Antislipkousen.



Stoffen pantoffels (zonder harde zool).



Teenslippers.

## Extra tips

- Draag altijd schoenen, loop niet rond op kousen of panty's. Ook niet op antislipkousen.
- Vervang uw oude schoenen of laat ze herstellen. Dit vermindert de kans op struikelen.
- Gebruik een schoenaantrekker om gemakkelijk uw gesloten schoenen aan te trekken terwijl u zit.
- Controleer tijdig of de velcro nog goed sluit.
- Gebruik elastische veters in plaats van gewone veters.



# Aangepast schoeisel

## Wanneer kiezen voor aangepast schoeisel?

- Wanneer u last heeft van huiddefecten, sensibiliteits- en circulatiestoornissen aan de voeten, zoals bv gezwollen voeten of wondjes die moeilijk genezen...
- Ook kan er voor deze schoenen gekozen worden wanneer u een herstelperiode heeft na gedeeltelijke amputatie, traumatische beschadigingen of operaties aan een voet.

## Is er mogelijkheid tot terugbetaling?

- Als uw behandelende arts een diagnose stelt van diabetes met een daardoor veroorzaakt voetletsel, kan u in aanmerking komen voor terugbetaling.

## Waar kan ik deze schoenen aankopen?

- Deze schoenen zijn verkrijgbaar bij de mutualiteit en alle thuiszorgwinkels.
- Deze kunnen ook besteld worden bij een bandagist verbonden aan het ziekenhuis.



Pulmanschoenen



Aangepast  
schoeisel



# Contactgegevens



## Campus Aalst

Moorselbaan 164 – 9300 Aalst

- **Interne Liaison Geriatrie:** tel. 053/72 44 25
- **Diensten Geriatrie** (afdeling D4 en D2): tel. 053/72 43 97 (D4) of tel. 053/72 43 61 (D2)
- **SP-dienst:** tel. 053/72 86 77

## Campus Asse

Bloklaan 5 – 1730 Asse

- **Interne Liaison Geriatrie:** tel. 053/ 72 44 25
- **Dienst Geriatrie** (afdeling VE 2): tel. 02/300 60 17

### Disclaimer

*De informatie in deze brochure is van algemene aard en is bedoeld om u een globaal beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In iedere situatie, en dus ook de uwe, kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze brochure vervangt dus niet de informatie die u van uw behandelend arts reeds kreeg en die rekening houdt met uw specifieke toestand. Zijn er na het lezen van deze brochure nog vragen schrijf deze eventueel op en bespreek ze in ieder geval met uw behandelend arts.*

Versie 01/02/2024