



# Wat is goed schoeisel?

informatie voor patiënten



Het is voor patiënten belangrijk om goede schoenen of pantoffels te dragen. Maar wat zijn nu 'goede' schoenen? Een antwoord op die vraag kunt u terugvinden in deze brochure.

Aangepast schoeisel is belangrijk omdat het de nodige stevigheid biedt aan uw voeten. Dat komt uw mobiliteit ten goede.

Het dragen van juist schoeisel zorgt er ook voor dat verplaatsingen binnen het ziekenhuis en erbuiten veiliger verlopen, waardoor het risico op valincidenten kleiner wordt.

Het is dus van belang dat u op zoek gaat naar de juiste schoenen en pantoffels voor uw voeten.

## WAT DRAAGT U BETER **NIET**?

X Open schoenen



X Gladde zolen zonder grip of leren zolen



X Slippers/ pantoffels (instekers)



X Schoenen die weinig steun bieden aan de voet



X Versleten schoenen



X Schoenen met hakken hoger dan 3cm.



## WAT ZIJN **VEILIGE** SCHOENEN?

✓ Gesloten veterschoen



✓ Gesloten schoenen met velcrosluiting



✓ Sportschoen met veter



✓ Gesloten sandalen of pantoffels



✓ Schoenen met een voor-  
gevormde binnenzool en  
riempje aan de hiel



## SCHOENEN AANSCHAFFEN: WAT IS BELANGRIJK?

- Goede schoenen hebben de **juiste pasvorm**.
- Houd er rekening mee dat uw schoenen **ruim genoeg** moeten zijn. Dat is nodig omdat u soms steunkousen of windels moet dragen. Soms is het aangewezen schoenen te gebruiken die al gedragen zijn. Die zijn meestal minder stug dan nieuwe schoenen. Uw voeten kunnen tijdens uw ziekenhuisopname onderhevig zijn aan zwelling, omdat u minder beweegt. Daarom kan het handig zijn te kiezen voor een schoen met veters of velcrosluiting: daarmee kunnen we de schoenen zo nodig een beetje aanpassen.
- Heeft u moeite met het binden van veters, kies dan voor een **eenvoudige sluiting** zoals velcro, elastiek of rits.
- Draagt u steunzolen, houd daar dan rekening mee bij het kopen van schoenen en pantoffels.

## ENKELE TIPS OM SCHOENEN ZELFSTANDIG AAN TE DOEN

- ✓ Ga zitten om uw schoenen aan te doen. Zo vermijdt u valincidenten.
- ✓ Gebruik een (lange) schoenlepel.
- ✓ Gebruik een aangepaste sluiting (bijvoorbeeld velcro).

Als u vragen hebt of meer informatie wilt, kunt u terecht bij de ergotherapeuten op de afdeling.



© november 2018 UZ Leuven

Overname van deze tekst en illustraties is enkel mogelijk na toestemming van de dienst communicatie UZ Leuven.

Ontwerp en realisatie

Deze tekst werd opgesteld door ergotherapie in samenwerking met de dienst communicatie.

U vindt deze brochure ook op [www.uzleuven.be/brochure/701008](http://www.uzleuven.be/brochure/701008).

Opmerkingen of suggesties bij deze brochure kunt u bezorgen via [communicatie@uzleuven.be](mailto:communicatie@uzleuven.be).

Verantwoordelijke uitgever  
UZ Leuven  
Herestraat 49  
3000 Leuven  
tel. 016 33 22 11  
[www.uzleuven.be](http://www.uzleuven.be)

 mynexuzhealth

Raadpleeg uw  
medisch dossier via  
[www.mynexuzhealth.be](http://www.mynexuzhealth.be) of

