



GEBRUIK EN ONDERHOUD



Pruis

Orthopedische Schoentechniek

Gebruik en onderhoud

Uw schoenen worden met de grootst mogelijke zorg gemaakt. Natuurlijk wilt u langdurig en zonder klachten profijt hebben van uw schoenen. Het levert u in elk opzicht meer draagcomfort op.

Goed onderhoud bevordert de gebruiksduur en het draagcomfort van uw kostbare schoenen. Of uw schoenen een lange levensduur hebben hangt af van uw slijtagepatroon en hoe u de schoenen onderhoudt. U bent zelf verantwoordelijk voor het onderhoud.

Uw schoenen zijn grotendeels gemaakt van leer, dat zich geleidelijk aanpast aan de vorm van uw voet en het voelt op den duur prettig en comfortabel. Uw voeten en huid zullen wel eerst moeten wennen aan de correctie en ondersteuning die uw schoenen bieden. Overleg met uw schoentechnicus welk inloopschema het best bij uw situatie past.

Aantrekadvies

- Maak de sluiting van de schoen altijd volledig los. Dat is voor u makkelijker en voor de levensduur van de schoenen beter omdat ze minder snel zullen vervormen. Een effect dat wordt versterkt door een schoenlepel te gebruiken.
- Controleer vóórdat u uw schoenen aantrekt op vuil, steentjes en vergelijkbare hinder.
- Bij het aantrekken van de schoen raden wij u aan de voet goed tegen de achterwand van de schoen te plaatsen. Maak vervolgens de sluiting stevig vast voor een goede fitting.



Inlooptijd

Uw voeten, spieren, benen en eigenlijk uw hele lichaam moeten wennen aan de correctie en ondersteuning die uw schoenen of aanpassingen geven. Wij hanteren dan ook een inlooptijd van 1 à 2 weken. Daarna zult u gewend zijn aan het effect van de correctie. U hoort van ons welk inloopschema het best bij u past. Dit is afhankelijk van uw medische indicatie en ervaring.

Mocht u toch problemen ervaren tijdens de opbouwfase, dan is het verstandig een stap terug te doen in uw schema. Vervolgens houdt u 2 dagen dezelfde draagtijd aan. Op die manier kunnen wij uw klacht beter beoordelen. Het kan echter langer duren voordat u van uw (voet)probleem af bent. Ondervindt u na deze periode nog hinder? Neem dan contact met ons op voor het maken van een afspraak.

Inloopschema

	■ KINDEREN schema 1	■ KINDEREN schema 2	■ VOLWASSENEN schema 1	■ VOLWASSENEN schema 2
Dag 1	1 uur	1 uur (2x per dag)	½ uur	1 uur
Dag 2	2 uur	2 uur (2x per dag)	1 uur	2 uur
Dag 3	2 uur (2x per dag)	4 uur	2 uur	3 uur
Dag 4	4 uur	8 uur	3 uur	4 uur
Dag 5	8 uur	8 uur	4 uur	7 uur
Dag 6	8 uur	hele dag	6 uur	8 uur
Dag 7	hele dag	hele dag	8 uur	hele dag
Dag 8	hele dag	hele dag	hele dag	hele dag

Wisselen van schoenen

Bij gebruik nemen uw schoenen transpiratievocht op. Het is dan ook aan te raden de schoenen regelmatig te luchten en niet langer dan 2 dagen achter elkaar te dragen. Na aanschaf van het eerste paar heeft u na ongeveer 3 maanden recht op een wisselpaar (indien u ouder bent dan 15 jaar). Raadpleeg uw verzekeringspolis voor de exacte voorwaarden die uw zorgverzekeraar hanteert of informeert u bij Pruis.

Ritsen

Een ritssluiting die niet meer goed loopt kunt u insmeren met een minimale hoeveelheid zeep, kaarsvet of bijenwas, of inspuiten met een teflonspray. Let op dat u het leer niet raakt, dit kan vlekken veroorzaken.

Klittenband

Als uw schoenen sluiten met klittenband, kunt u deze het best gesloten wegzetten. Zo voorkomt u dat er stof en haren in komen, waardoor de sluiting minder goed werkt.

Basisonderhoud

Om uw schoenen goed te houden moeten zij regelmatig worden schoongemaakt. Eens per week poetsen met een schoen crème is een minimum. Suède en nubuck kunt u borstelen met een suèdeborstel of nubuckblokje. Behandel uw schoenen regelmatig met een beschermerspray.

Service en reparatie

Het doorlopen op versleten hakken en zolen kan onherstelbare schade aan uw schoenen aanrichten. Natuurlijk voeren wij deze reparaties graag voor u uit. U kunt ook altijd bij ons terecht voor drukplekken of andere problemen die u met uw schoenen heeft of krijgt. Normale slijtage, een sterk afwijkend gebruik van de schoenen of onzorgvuldige behandeling vallen niet onder de normale garantie. Wacht u vooral niet tot reparatie niet meer mogelijk is.



Voetverzorging

Goede voetverzorging is voor iedereen van belang. U verkleint hiermee de kans op eelt, likdoorns, ingegroeide nagels en andere vervelende klachten. Was uw voeten dagelijks en maak ze goed droog, beperk het gebruik van zeep, knip uw nagels recht en niet te kort af, laat overmatig eelt regelmatig verwijderen.

Wij adviseren mensen met diabetes of reuma de voeten te laten verzorgen door een pedicure met diabetes/reuma aantekening. Deze pedicure weet precies welke behandeling nodig is voor uw voeten.

Transpiratie

Het dragen van gesloten schoenen kan het transpireren verergeren. Met de volgende maatregelen vermindert u deze klacht:

- Wissel regelmatig van schoenen. Draag de schoenen nooit langer dan twee dagen achtereen. Na aanschaf van uw eerste paar kunt u aanspraak maken op een wisselpaar – de voorwaarden hiervoor verschillen per zorgverzekeraar.
- Wij raden u aan uw schoenen regelmatig te luchten.
- Draag dagelijks schone kousen of sokken van katoen of wol in de schoenen.
- Was uw voeten regelmatig en gebruik bij extreme geur bijvoorbeeld Transmuteer (verkrijgbaar bij Pruis).
- Bij aanhoudende klachten kunt u uw huisarts of een dermatoloog raadplegen.

Vocht

Droog of lucht de schoenen nooit bij een warmtebron om ze sneller te laten drogen. Het leer zal daardoor uitdrogen, stijf worden en vervormen. Plaats er schoenspanners in en een aantal tissues of krantenpapier.

Kraken

Kraken uw schoenen tijdens het lopen een beetje? Dan kunt u het best wat talkpoeder strooien tussen het losse voetbed en de binnenzool. Het kan namelijk zijn dat het contact stroef is.

Wat kunt u zelf doen voor comfort?

- Loop nooit op blote voeten, draag altijd uw (aangepaste) schoenen.
- Zorg dat uw schoenen niet knellen. Is dit wél het geval, maak dat meteen een afspraak bij Pruis.

- Controleer uw voeten regelmatig op wondjes en drukplekjes. Vergeet daarbij de onderkant van uw voet niet. Doe dit eventueel met behulp van een spiegel of een tweede persoon.
- Experimenteer niet met wondjes maar laat er direct naar kijken.
- Neem geen voetbaden.
- Laat regelmatig uw voeten en schoenen controleren.

Geheugensteun:

Datum aanschaf 1e paar
 Datum wisselpaar
 Controleafspraak
 Eerstvolgende mogelijkheid nieuw paar

Over Pruis

Uw voeten zijn een belangrijk onderdeel van uw lichaam. Soms werken zij niet helemaal of helemaal niet mee. Dat kán betekenen dat u uit de voeten kunt met een steunzool, het kan echter ook zijn dat er meer aandacht moet worden besteed aan uw schoeisel. Pruis helpt mensen al meer dan 70 jaar een stap vooruit door het vervaardigen van hoge kwaliteit steunzolen, aanpassingen aan confectieschoenen, verbandschoenen en (semi-)orthopedische schoenen voor mensen met lichte tot zware voetproblemen in Apeldoorn, Zutphen en omgeving. Wij werken samen met medisch specialisten, pedicures, fysiotherapeuten, podotherapeuten, meerdere winkels voor confectieschoenen en een vakbekwame instrumentmakerij.

Advies op maat

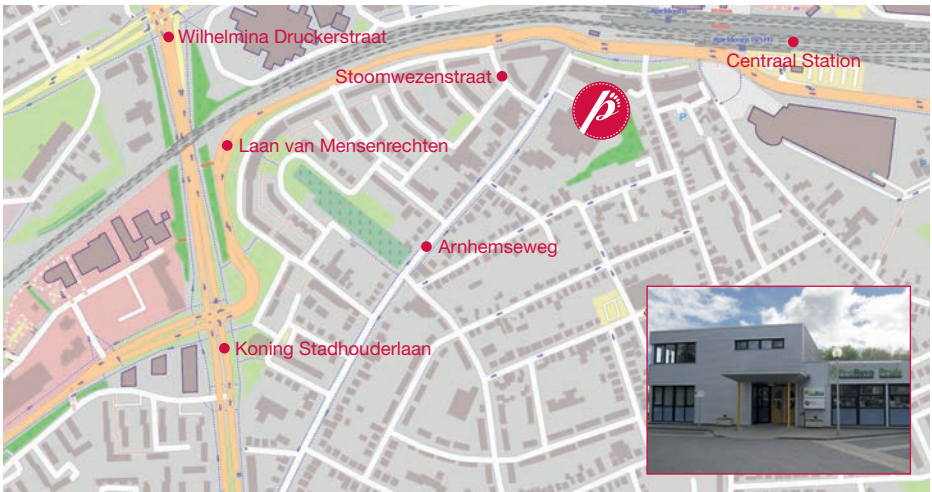
Pruis heeft begrip voor uw situatie en kan u in een oriënterend gesprek informeren, geruuststellen en adviseren over de mogelijkheden die er zijn om u te helpen. Wij nemen iedere maandagmiddag de tijd voor u op ons inlooppreekuur (voor advies en steunzolen), maar zien u ook graag bij ons op afspraak. Voor aanvullende informatie over onze producten, diensten, garanties, kosten, procedures, leveringstermijnen en meer, kunt u zich het beste wenden tot onze website.

helpt u een stap vooruit



Openingstijden:

Maandag t/m vrijdag: 8:00-12:15 en 12:45-17:00
Vrijdag tot 16:00



Arnhemseweg 11, 7331 BA Apeldoorn tel. 055 - 533 27 83 fax. 055 - 534 96 02
e-mail: info@pruis-orthopedie.nl, internet: www.pruis-orthopedie.nl