

# Det rigtige fodtøj



# Fodtøj & diabetes



**Diabetes** kræver ekstra opmærksomhed på dine fødder og omhyggelighed ved valg af fodtøj

**Mennesker med diabetes** kan opleve føleforstyrrelser og nedsat blodcirkulation.

**Småskader på fødderne**, der i første omgang ser uskyldige ud, kan føre til alvorlige komplikationer.

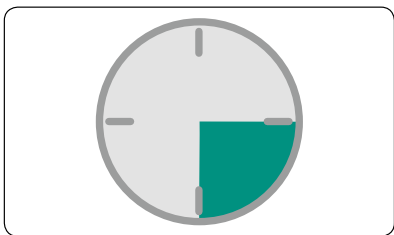
**nēw feet**  
MEDICAL FOOTWEAR

Brochuren er sponsoreret af:

**New Feet Medical Footwear A/S**

Langelandsvej 6 · DK-8940 Randers SV · Tel: 7025 6511

[www.new-feet.com](http://www.new-feet.com)



Fodtøj bør prøves om eftermiddagen - fødderne hæver i løbet af dagen.



Prøv fodtøjet med dine normale strømper (f.eks støttestrømper).  
Bruger du indlæg skal fodtøjet også prøves med det.



Sko skal være ca 1 cm længere end foden.  
Fødder bliver længere når du går.



Hvis indersålen kan tages ud, kan du kontrollere at længden passer.  
Faconen skal passe til foden.  
Den må ikke være for smal.



Der skal være god plads over tæerne - så fodtøjet ikke trykker ovenpå tæerne.



Hælkappen skal slutte fast om hælen  
- og den skal være stabil.



Fodtøjet skal have et effektivt lukkesystem, der fastholder din fod, når du går.



Blød indvendig sål med maximal stødabsorbering



Lav hæl  
- det giver lettere gang og mindre tryk på forfoden



Der må ikke være generende syninger inde i fodtøjet.  
Føl omhyggeligt efter med fingrene.



Prøv fodtøjet på begge fødder  
- der kan være forskel på dine fødder.  
Gå omkring i butikken.



Kontroller dine fødder omhyggeligt for trykmærker.  
Kontroller hver dag dit fodtøj for sten og skarpe genstande.