

Rätt sko



Broschyren är sponsrad av New Feet Medical Footwear A/S och framtagen i samarbete med LUCD. (Ledande Utbildning på Centrum för allmänmedicin - Diabetes)

New Feet Medical Footwear A/S
Langelandsvej 6 · DK-8940 Randers SV · Tel: +45 7025 6511
www.new-feet.com

new feet
MEDICAL FOOTWEAR

550-55-5003 · 01.19

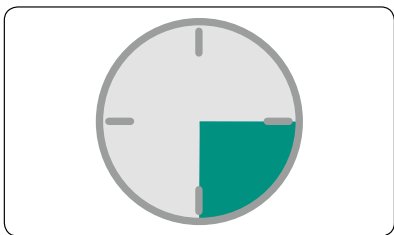
Skor & diabetes



Diabetes kräver att du är extra noggrann när det gäller dina fötter och skor.

Människor med diabetes kan drabbas av känselnedsättning och nersatt blodcirkulation.

Småskador på fötterna som ser oskyldiga ut kan leda till allvarliga komplikationer.



Skor bör köpas på eftermiddagen
– fötterna svullnar under dagen



Prova med de strumpor eller sockor som du brukar använda.

Om du har inlägg så prova med dem också.



Skon skall vara ca. en centimeter längre än foten.
Fötterna blir längre när man går.



Om innersulan kan tas ut kan du kontrollera att du får rätt längd på skon.
Bredden skall passa foten och inte vara för smal.



Det skall finnas rörelseutrymme för tårna
– så att skon inte trycker på tårna.



Hälkappan skall sitta stadigt runt hälen
– och den skall vara stabil.



Skorna skall ha ett bra stängningssystem som fixerar foten när du går.



Mjuk innersula med bra stötdämpning.



Låg klack
– det ger en lättare gång samt minskar trycket på framfoten.



Det får inte finnas några sömmar eller ojämnheter inuti skorna.
Känn efter med fingrarna.



Prova skorna på båda fötterna
– det kan skilja på dina fötter.
Gå runt en stund i butiken och känn efter.



Kontrollera noga dina fötter om du fått rodnader eller märken.
Kontrollera dina skor varje dag om du fått in sten eller andra föremål i dina skor.