



## Vitos OKK: Richtige Schuhe für Kinderfüße - Nicht Mode und Marke sind entscheidend

Von *juwi*

Erstellt am 24 Jul 2013 - 09:46

Die Füße von Kindern sind noch sehr weich und flexibel. Das sollte beim Schuhkauf berücksichtigt werden.

Schuhverkäufer reden Eltern gerne ein, dass nur die teuersten Markenschuhe die besten seien. „Das ist Blödsinn. Es gibt auch kostengünstige Schuhe, die für Kinderfüße sehr gut geeignet sind. Kinder wachsen schnell und benötigen sehr oft neue Schuhe“, sagt Dr. Matthias Heyden, Leiter der Kinder- und Jugendorthopädie der Vitos Orthopädischen Klinik Kassel und selbst Vater eines zweijährigen Mädchens.

Doch welche Schuhe sind die richtigen? Kinderschuhe müssen vor allem ausreichend groß sein. Oberarzt Dr. Heyden rät davon ab, im anprobieren Schuh zu ertasten, wo die Zehen sind. „Das ist viel zu ungenau. Man muss die genaue Länge des Fußes kennen, bevor neue Schuhe gekauft werden. Eltern sollten den Fuß ihres Kindes auf ein Blatt Papier stellen, den Umriss zeichnen und dann die Länge zwischen Ferse und Spitze des großen Zehs messen. Rechnet man jetzt einen guten Zentimeter hinzu, findet man die passende Größe“, so der Experte. Aber der Schuh sollte auch im Laufen angenehm sein. Deshalb ist auf eine flexible Sohle zu achten, damit die Kleinen bequem den Fuß abrollen können. Denn sie haben noch nicht die Muskelkraft, auf einer steifen Sohle zu laufen. Auch in der Breite brauchen Kinderfüße etwas Raum, damit sich die Zehen frei bewegen können.

Richtige Schuhe für Kinderfüße sind äußerst wichtig, damit sie sich gut entwickeln. Aber wann immer es geht, sollten Kinder barfuß oder zu Hause auf Socken laufen. So wird die Fußmuskulatur optimal trainiert.

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 08:31): <http://www.medkom24.eu/node/17962>