



Nina Ordelman
podotherapeut

kinderschoenen

Wij dragen schoeisel om ons tegen de buitenwereld te beschermen. Bijvoorbeeld om te voorkomen dat we in glas of spijkers trappen.

Wanneer kinderen net staan en lopen en zich nog niet in de buitenwereld begeven, is schoeisel in eerste instantie nog niet nodig. Zodra dit wel het geval is, kunnen er schoenen aangeschaft worden. U dient er rekening mee te houden, dat kinderen snel groeien en frequent nieuw schoeisel nodig hebben. Er moet voor gezorgd worden, dat kinderschoenen goed passen en dat de schoenen voldoende lang, breed en hoog zijn.

Schoenmaten worden bepaald aan de binnenlengte van de schoenen. Deze binnenlengte wordt niet geheel ingenomen door de voetlengte, er is wat lengte over, de zogenoemde **lengte-toegift**, die moet dienen voor het compenseren van het doorveren van de voet tijdens het lopen en bij kinderen moet er ook een **groei-toegift** zijn. Is er onvoldoende lengte-toegift, dan kunnen bijvoorbeeld de tenen gaan klauwen.

In de regel kun je er vanuit gaan dat je schoenen voor kinderen 1 maat groter neemt, dan de gemeten maat. 1 schoenmaat is iets meer dan 6 mm.

Een juist passende schoen:



De schoenen moeten voldoende lang, breed en hoog zijn. De tenen moeten vrij liggen.

Kindervoeten **moeten** in de schoenenwinkel altijd gemeten worden! Voor de juiste lengte- en groeitoegift is men ervan uitgegaan, dat voeten van jongens gemiddeld 13 mm per jaar groeien en bij meisjes iets minder. De beschikbare groeiruimte in de schoen mag nooit minder dan 6 mm bedragen. Een goede lengte- en groeitoegift ligt tussen de 11 en 16 mm, afhankelijk van de schoenmaat.

Ook de breedte moet kloppen. De breedte geeft de verhouding aan van de lengte tot de omvang. De omvang wordt gemeten ter hoogte van het breedste deel van de voet, namelijk de bal van de voet. Er zijn kinderschoenen in verschillende breedtematen verkrijgbaar.

kinderschoenen



Nina Ordelman
podothérapeut

Schoenmaat	Voetlengte (mm)	Lengte- en groeitoegift (mm)
18	109	11
19	115	12
20	121	12
21	128	12
22	134	13
23	140	13
24	147	13
25	153	14
26	159	14
27	166	14
28	173	14
29	179	14
30	185	15
31	192	15
32	198	15
33	205	15
34	212	15
35	218	15
36	225	15
37	232	15
38	238	15
39	245	15
40	252	15
41	258	16
42	265	16
43	272	16
44	278	16
45	285	16