



Wenn der kleine Schuh drückt!

Merkblatt Kinderfüsse-Kinderschuhe

2 Schritte zum passenden Kinderschuh

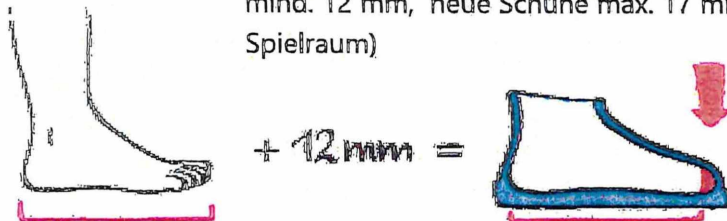
Studien zeigen, dass mindestens 50% der Kinder zu kurze Schuhe tragen. 2003 konnte erstmals nachgewiesen werden, dass Kinderfüsse durch zu kurze Schuhe geschädigt werden. Achtung: Kinderfüsse wachsen die ersten Jahre pro Monat ca. 1 mm!

So einfach können Sie selbst überprüfen, ob die Schuhe ihres Kindes noch passen:

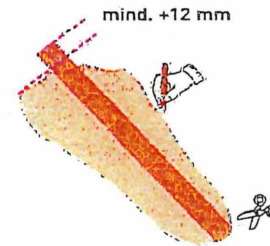
1. **Beweglichkeit:** Die kleinen Schuhe müssen weich und beweglich sein. Biegen und verwinden Sie die Schuhe mit leichtem Druck



2. **Passform:** Schuhe müssen passen (aktuelle Schuhe mind. 12 mm, neue Schuhe max. 17 mm Spielraum)



Der Schuhinnenraum muss mindestens 12 mm länger sein als der Fuss. So leicht kann man das selber überprüfen:



Für neue Schuhe 17 mm
1 Kinderfuss wächst ca.
1 mm pro Monat

Papp-Schablone

- Auf einen Karton stellen und Fussumriss zeichnen
- An der längsten Zehe mind. 12 mm, neue Schuhe 17 mm hinzufügen
- ausschneiden
- **Tipp:** Schneiden Sie einen 2-Finger breiten Streifen von der Schablone aus. Passt der Streifen in den Schuh, dann ist der Schuh lang genug.

plus12

- Fuss messen, Millimeterwert ablesen
- Innenlänge Schuh messen, Wert ablesen
- Wenn beide Werte gleich sind, passt der Schuh (12 mm Spielraum)



Überprüfen Sie auch die Passform der **Hausschuhe** regelmässig und achten Sie darauf, dass auch die **Socken** passen. Gebrauchte Schuhe in gutem Zustand sind problemlos zu tragen, sofern die Grösse passt. Lassen Sie Ihr Kind so oft wie möglich **barfuss** gehen!

Amt für Gesundheit, Kindervorsorgeuntersuchungen

Weitere Information zum Thema:

www.ag.llv.li

www.kinderfuesse.com