

# Orthopedische schoenen

## **Wat zijn orthopedische schoenen?**

Orthopedische schoenen zijn schoenen die de orthopedisch schoenmaker op maat maakt. Het zijn hulpmiddelen voor mensen die door een ziekte of aandoening (bijvoorbeeld verlamming, diabetes, reuma) aangemeten schoenen nodig hebben.

Orthopedische schoenen helpen om veilig en functioneel te lopen en het risico op vallen te verminderen. Het waarborgt een goede pasvorm bij ernstige voetafwijkingen en voorkomt drukproblemen.

Als er een beugel nodig is kan deze in of aan de orthopedische schoen worden verwerkt. Hierbij gaat het meestal om hoge schoenen of laarzen.

Een orthopedische schoen:

- ondersteunt de voetheffing;
- zorgt voor fixatie van het enkelgewricht;
- corrigeert het kantelen van de voet;
- vermindert de hinder van spasticiteit;
- vangt voetafwijkingen op;
- voorkomt drukproblemen en
- verbetert de kniestabiliteit.

## **Wat is de werkwijze van de schoenmaker?**

De keuze van orthopedische schoenen hangt af van jouw medische situatie. De revalidatiearts en orthopedisch schoenmaker (soms ook de fysiotherapeut) overleggen dit met jou. De orthopedisch schoenmaker maakt de schoenen op maat aan de hand van een gipsafdruk. Je past ze één of twee keer. De eerste paar weken gebruik je meestal een proefschoen. Bij het proeflopen kunnen wijzigingen aangebracht worden. Daarna werkt de orthopedisch schoenmaker de schoen af tot een definitieve schoen.

## **Hoe vraag je schoenen aan?**

Je hebt een verwijzing van jouw revalidatiearts nodig. Rijndam werkt samen met verschillende orthopedische schoenmakers. Zij houden wekelijks in Rijndam op de diverse locaties een spreekuur voor mensen die orthopedische schoenen (nodig) hebben. Bij het secretariaat van de locatie is op te vragen welke schoenmaker dit is. Je kan natuurlijk ook bij een andere firma schoenen aan laten meten. Dit kan je overleggen met jouw revalidatiearts.

### **Is vergoeding mogelijk?**

De zorgverzekeraar vergoedt orthopedische schoenen. Naast het verplicht eigen risico ben je ook een eigen bijdrage verschuldigd. Bij de schoenmaker kan je hierover meer informatie vragen.

### **Hoe verloopt de gewenningsfase?**

Het gebruik van de schoen bouw je langzaam op. Je start met een half uur tot één uur per dag. Vervolgens breid je dit uit tot een hele dag in de loop van één of twee weken.

Zodra je jouw schoenen uit hebt gedaan, controleert je jouw voeten. Het is van belang te letten op:

- drukplekken, vooral bij veel spasticiteit en suikerziekte;
- pijnlijke plekken en
- rode plekken.

Als dit zich voordoet neem dan contact op met de orthopedisch schoenmaker. Heb je last van drukplekken of wonden draag je schoenen dan niet meer. Stop nooit natte kranten of lappen in je schoenen. Probeer ook nooit zelf iets aan je schoenen aan te passen.

### **Hoe onderhoud je de schoenen?**

Orthopedische schoenen vragen hetzelfde onderhoud als gewone schoenen: schoencrème, borstelen en beschermen tegen vocht en vuil. Als er toch vlekken ontstaan, ga je terug naar de schoenmaker.

De schoenen gaan langer mee als je ze regelmatig wisselt met andere schoenen (het wisselpaar). En laat versleten zolen en hakken op tijd repareren.

Af en toe is het nodig om de schoenen niet te dragen om transpiratie af te staan dat de schoen opneemt. Laat de schoenen nooit bij een verwarmingsapparaat drogen.

Maak veters, ritsen en klittenband volledig los bij het aan- en uittrekken. Een schoenlepel kan helpen om vervormingen en verlies van stabiliteit tegen te gaan.

Als de schoenen gaan piepen of kraken, strooi dan talkpoeder in de schoen. Helpt dat niet, neem dan contact op met de orthopedisch schoenmaker.

## **Wat kan je doen bij transpiratieproblemen?**

Het dragen van orthopedische schoenen verergert meestal transpiratie.

Heb problemen met transpiratie dan kan je een aantal dingen doen:

- wissel regelmatig van schoenen;
- was je voeten regelmatig;
- draag katoenen of wollen sokken;
- verschoon je sokken regelmatig;
- gebruik anti-transpiratiecrème;
- raadpleeg de huisarts of dermatoloog of
- neem contact op met de schoenmaker, misschien is het materiaal niet geschikt.

Mensen met overmatige transpiratie kunnen een extra transpiratiebestendige voering in de schoen gebruiken.

## **Rijndam**

Postbus 23181

3001 KD Rotterdam

T 010 - 241 24 12

E [info@rijndam.nl](mailto:info@rijndam.nl)

[www.rijndam.nl](http://www.rijndam.nl)



mei 2026