



Jongeren

Ook als jongere kan je voet- of houdingsklachten ervaren. Dit kan bijvoorbeeld komen door overbelasting tijdens het sporten. Of misschien draag je niet helemaal de juiste schoenen. Ook kan het zijn dat je veel van je voeten vraagt door bijvoorbeeld een bijbaan. Een afwijkende stand van je voeten of tenen kan dan zorgen voor pijnklachten. Daarnaast is het ook mogelijk dat je last hebt van nagelproblemen. Voor al deze klachten kan podotherapie een oplossing bieden.

Podotherapie

Podotherapeuten zijn wettelijk erkende paramedici. Zij hebben een vierjarige voltijds hbo-opleiding afgerond. De podotherapeut doet een uitgebreid onderzoek om de oorzaak van de klacht te achterhalen en een heldere diagnose te stellen. Hierna is er een grote keuze aan therapiemogelijkheden: gedegen (schoen)advies, instrumentele behandelingen, nageltechnieken, orthesen of podotherapeutische inlays. Als het nodig is, wordt je voet en/of je houding gecorrigeerd en de functie hersteld. Ook zorgt de behandeling voor een goede drukverdeling onder de voeten. De podotherapeut houdt rekening met het voetype, eventuele bewegingsbeperkingen van gewrichten en de stand van knieën, heupen en bekken. Alles wat goed functioneert in je voeten en benen blijft behouden. Dat is zeer belangrijk om de spieren in de rest van je lichaam goed te laten functioneren. Podotherapeutische inlays zijn meestal dunner dan steunzolen (omdat de functie anders is) en passen prima in goed zittende schoenen.