

SCHMIDT MEDICA

SPORT PEDICURE

Voor sporters is een goede conditie van de voeten van groot belang. Niet alleen bij voetbal en loopsporten, maar bij vrijwel alle takken van sport komt iedere verplaatsing voort vanuit de voeten door een samenspel van botten, spieren en zenuwen. Om blessures te voorkomen is het van belang dat uw voeten in goede conditie zijn en dat u de juiste sportschoenen draagt.

Elke sport vraagt om een sportschoen die voldoet aan specifieke eisen. Door slecht passende sportschoenen kunnen ingescheurde, ingroeiende of blauwe nagels ontstaan. Maar ook kloofvorming aan de hielen en door overmatig transpireren ontstaan blaren.

Veel voorkomende huid- en nagelproblemen bij het sporten zijn:

- beschadigde teennagels
- eeltvorming
- blaren
- schimmelnagels
- likdoorns
- kloven
- zenuwbeknelling

Medisch sportpedicure

De medisch sportpedicure heeft een belangrijke rol voor het behandelen van specifiek sport gerelateerde huid- en nagelproblemen.

Ook kan zij veel betekenen voor sporters met het geven van een goed schoenadvies, preventief tapen en eenvoudige adviezen over sportsokken en simpele, doch effectieve preventieve voetoefeningen. Of, indien nodig, adviserend doorverwijzen naar een sport-podotherapeut, fysiotherapeut of arts.

De medisch sportpedicure richt zich op alle sporters. Of je nu professioneel bezig bent of sport voor uw hobby.

Tips voor een goede voetverzorging


- Was je voeten meteen na het sporten, het liefst zonder zeep.
- Schimmelinfecties zijn erg besmettelijk. Douche na het sporten met badslippers en droog je voeten goed af, ook tussen de tenen.
- Laat overmatig eelt minimaal twee weken voor een wedstrijd verwijderen in verband met mogelijke klachten zoals een branderig gevoel.
- Knip teennagels recht, niet te kort en houd rekening met de natuurlijke vorm van het witte randje.
- Smeer je voeten in met een voetcrème, deze houdt de huid soepel.
- Kies voor schone sokken van natuurlijk, naadloos en vochtabsorberend materiaal.
- Voorkom een weke huid en laat bij voorkeur (sport)schoenen tussen het dragen 24 uur rusten om het vocht te laten verdampen.

Waarborgen kwaliteit


In Nederland wordt de kwaliteit van de (medisch) sportpedicure bewaakt door de Stichting Certificering Actoren in de Sportgezondheidszorg (SCAS).

Afspraak maken

Voor het maken van een afspraak of voor vragen kunt u contact met ons opnemen via 088-00 47 470 of mail naar info@schmidtmedica.nl.

U kunt ons ook bereiken via Whatsapp op 06-30 835 335 . Voeg ons toe en stel direct uw vraag!

 088 00 47 470

 06 30 835 335

 info@schmidtmedica.nl

 schmidtmedica.nl