

GEZONDE VOETEN



Deze foto is voor de coronaperiode genomen.

Neuropathie? Beschermende schoenen zijn geen luxe!

Als bewegingstechnoloog/orthopedisch schoentechnicus ziet Freek dagelijks patiënten met de meest uiteenlopende voetproblemen. Een deel van deze patiënten heeft last van symptomen zoals een scherpe of stekende pijn aan de voeten, een sterk verminderd gevoel in de voeten of pijn aan de voeten door handelingen die normaal geen pijn doen. Deze symptomen zijn te herleiden naar neuropathie. Tijdens zijn spreekuur ziet Freek veel patiënten met (nagenoeg) gevoelloze voeten.

Oorzaken

"Neuropathie komt bij heel veel verschillende ziektes voor", vertelt Freek. "Het meest zie ik het bij patiënten met diabetes mellitus. Maar ook patiënten die een chemokuur of bestraling hebben ondergaan, kunnen er last van krijgen. Verder

is het bij patiënten die een hersenbloeding hebben gehad en bij sommige spierziekten een voorkomend probleem." Freek geeft aan dat de gevolgen van neuropathie uiteenlopend zijn. "Het meest voorkomend is dat de patiënt het gevoel heeft op eieren te lopen, een doof

gevoel in de voeten heeft, last van prikkelingen, tintelingen en/of pijn heeft. Ook zie ik vaak dat de kleine voetspieren minder of niet meer aangestuurd worden, waardoor er andere voetstanden ontstaan." Zoals klauwstand of holvoeten.

>>



Voetcontrole, o zo belangrijk!

“Wat ik patiënten met neuropathie altijd probeer mee te geven, is het besef dat ze neuropathie hebben, wat daar de gevolgen van zijn en wat dat naast alle ongemakken voor hun betekent: voetcontrole, voetcontrole en nog meer voetcontrole... iedere dag weer! Wij maken dan wel schoenen die neuropathie proof zijn, maar als de patiënt zijn schoenen thuis uit doet en alsnog op blote voeten gaat lopen, kan het kleinste steentje tot heel serieuze problemen leiden. Net als bij die patiënt met het pistachenootje. Dus ik benadruk altijd: de schoen helpt je, maar besef dat het kleinste gevaar tot grote problemen kan leiden. Controleer minimaal één keer per dag de schoenen en je voeten. En als je zelf niet onder je voeten kunt kijken, leg dan een spiegeltje op de grond, dan kun je zo toch onder de voet kijken.”

Vergoedingen 2021

In deze tijd van het jaar maken de zorgverzekeraars de premies voor komend kalenderjaar bekend.

Binnenkort kunt u dus weer vergelijken welke zorgverzekering het best bij u past. Als leverancier van uw (semi-) orthopedische schoenen zullen wij ook dit jaar alle info over vergoedingen voor voetzorg en hulpmiddelen verzamelen. Zodra de informatie compleet is, zetten wij alles weer overzichtelijk voor u op een rij op onze website www.footcare.nl.

Problemen voorkomen

De meeste neuropathiepatiënten die bij Hanssen Footcare komen, zijn doorverwezen door hun behandelend specialist, huisarts of podotherapeut om ernstige voetproblemen te voorkomen. Neuropathie is niet te behandelen. Bij sommige patiënten kan de pijn met pijnmedicatie iets onderdrukt worden. Maar een beschadigde zenuw is voor altijd beschadigd en niet meer te herstellen. “Als een patiënt met neuropathie bij mij op het spreekuur komt, wil ik graag precies weten wat hij van ons verwacht. Want het moet voor hem of haar duidelijk zijn dat ik de pijn van neuropathie niet kan wegnemen. En ook het gevoel kan ik niet teruggeven. Wel kan ik de patiënt helpen om problemen aan zijn voeten te voorkomen of om de voeten te ondersteunen. Daarom is het belangrijk dat er een goed passende schoen komt waarin de patiënt geen last krijgt van drukplekken en waarmee hij voldoende steun krijgt om zich te bewegen.

Daarnaast zorgen we dat de schoen een verstevigde neus heeft, zodat de tenen extra beschermd zijn tegen stoten.”

Let op met neuropathie

Neuropathie kan best gevaarlijk zijn. Neuropathiepatiënten met een sterk verminderd of überhaupt geen gevoel in de voet, merken vaak zelf niet dat ze (bijna) niets voelen. Als ze zich stoten, het badwater te heet is of er iets in hun schoen zit... ze voelen het niet. Oplettendheid blijft geboden, want de gevolgen kunnen desastreus zijn, weet Freek. “Ik ken een diabetespatiënt die zijn orthopedische schoenen uitdeed en deze naast de bank zette. Hij was televisie aan het kijken en at pistachenootjes. Eén schilletje viel per ongeluk in zijn schoen. Als hij later zijn schoenen weer aantrekt, voelt hij niet dat de schil van het nootje in zijn schoen zit. Om een lang verhaal kort te maken: de kleine verwonding ging ontsteken en uiteindelijk moest zijn voet zelfs geamputeerd worden.”

Kies uw favoriet

Klaar voor de herfst?
Bekijk onze nieuwe najaarscollectie
maatschoenen!

- Alle modellen worden volledig voor uw voeten op maat gemaakt.
- Veel variatie en mogelijkheden in kleur en materiaal, zodat u uw eigen favoriete model kunt samenstellen. U kunt niet alleen de leersoort en kleur bepalen, maar ook kiezen uit veter- of klittenbandsluiting.
- Uw orthopedisch schoentechnicus adviseert en helpt u bij het kiezen van een model dat geschikt is voor uw voeten.



Kies bijvoorbeeld een van deze warme najaarskleuren



Kijk voor meer modellen, leersoorten en kleuren
op onze website www.footcare.nl

Corona & voetzorg

Tijdens de coronaperiode is weer eens gebleken hoe belangrijk continuïteit in voetzorg is. Vooral voor diabetespatiënten is voet- en wondzorg essentieel. Doordat veel reguliere zorg dit voorjaar stilviel, zagen ziekenhuizen een toename van het aantal grote amputaties. Diabetespatiënten met een wondje aan de voet durfden vaak niet naar de huisarts en kwamen te laat in het ziekenhuis. Met alle gevolgen van dien (bron: NOS).

Aarzel daarom niet om contact met ons op te nemen als u vragen heeft. Wij zijn geopend zoals u van ons gewend bent, en volgen vanzelfsprekend de richtlijnen van overheid en RIVM. U kunt dus veilig bij ons terecht. Ook consulten op afstand (telefonisch of via beeldbellen) zijn mogelijk. U hoeft dus niet altijd de deur uit om goed geholpen te worden. Neem gerust contact met ons op en vraag ernaar.

Mocht er iets veranderen in de coronamaatregelen, dan laten wij dat weten via onze website. U vindt de meest actuele informatie over onze coronamaatregelen op www.footcare.nl/coronamaatregelen. Of scan de code met uw mobiele telefoon.



Het Liliane Fonds helpt

Zoals wij onze patiënten en cliënten iedere dag helpen om zo goed mogelijk uit de voeten te kunnen, helpt het Liliane Fonds met onze steun ook veel kinderen op weg. Kinderen die vaak onder lastige omstandigheden aan een toekomst bouwen. Zoals de Indiase Meesala Sravani (9). Ze is geboren met een cerebrale parese en heeft daardoor ondersteuning nodig bij het lopen. Met de hulp van het Liliane Fonds heeft zij spalken en schoenen gekregen. Nu kan ze zelfstandig lopen en traint ze haar spieren, zodat ze steeds minder valt. Ze is uitgegroeid tot een vrolijk, zelfverzekerd meisje met zicht op een betere toekomst. En dat is precies waarom wij het Liliane Fonds steunen.

“Edor is mijn maatje, mijn steun en toeverlaat”



Jolanda Noordeloos is al sinds haar 34e gebonden aan een rolstoel. Dankzij haar steun en toeverlaat Edor kan zij gaan en staan waar ze wil. De slimme hulphond helpt Jolanda waar en wanneer hij kan. En dat gaat ver: van het zetten van een trombozespuit tot het uitdoen van haar orthopedische schoenen. We ontmoeten haar bij Hanssen Footcare in Heerlen

Toen Jolanda 34 was, is bij haar een rugletsel geconstateerd waardoor ze veel pijnklachten en een verminderde spierfunctie heeft. Vanaf die tijd zit ze in een rolstoel en is ze voor alles afhankelijk van anderen. Aankleden... pas als iemand anders tijd heeft, schoenen uit... pas als iemand anders tijd heeft... ze moet steeds mensen om hulp vragen. “En als ik ergens een hekel aan heb, dan is het wel om steeds om hulp te vragen en om afhankelijk te zijn: “Alweer? Kan dat niet later?’ Nee dat was niet leuk.” Ze weet

nog goed hoe haar dag er uitzag. Met een diepe zucht: “Dan zat ik te wachten op de thuiszorg totdat deze eindelijk kwam. De thuiszorg hielp me uit bed... en dan begon mijn dag pas. Ik kwam bijna nooit buiten. Mensen ontwijken je als je alleen in een rolstoel zit. Alsof je niet bestaat. Dat is niet bepaald leuk! Eigenlijk zat ik de hele dag thuis te wachten totdat mijn man terugkwam van zijn werk. Ik had volstrekt geen regie over mijn eigen leven!”

>>

“Samen hebben we goed gekeken naar Edor: wat zou voor Edor het makkelijkst zijn om een schoen te openen en uit te trekken?”



Hulphond Nederland

Maar dat veranderde toen zij een tv-programma zag over Hulphond Nederland. Deze organisatie helpt mensen met een fysieke of geestelijke zorgvraag door de inzet van een hulphond. Ze nam contact op met Hulphond Nederland en kwam in aanmerking voor een hulphond. Dat was eerst de zwarte Labrador Diejay en sinds 2012 is dat Edor. “Dat is inmiddels alweer zeven en een half jaar gelden”, vertelt Jolanda. “Edor is een ADL-hulphond. Hij is getraind om mij te helpen met allerlei praktische handelingen die je in het dagelijks leven tegenkomt. Aankleden, een deur open maken, licht aan en uitdoen, was uit de wasmachine halen, mijn steunkousen uittrekken... Edor kan het allemaal. Zelfs met het zetten van spuiten helpt hij mee.” Iets dat Jolanda hem zelf geleerd heeft: “Dan zet ik de naald van de trombozespuit in mijn been en duwt hij de plunjer (=zuiger) van de spuit in. Daar heb ik de kracht niet voor en hij wel.”



Meer vrijheid en zelfstandigheid

Edor en Jolanda zijn een echte twee-eenheid. “Hij is mijn maatje, mijn steun en toeverlaat. Ik heb een echte klik met hem. Hoe bijzonder die klik is, blijkt uit het feit dat Edor het aanvoelt als Jolanda een epileptische aanval krijgt. “Als ik een epileptische aanval krijg, voelt Edor dat vaak ruim van tevoren aankomen. Hij gaat dan over mij heen hangen. Dan weet ik dat ik mijn elektrische rolstoel moet uitzetten, want er komt iets aan.” Jolanda vertelt dat zij dankzij Edor ook meer sociale contacten is gaan krijgen. “Negeerden mensen mij zonder Edor, mét Edor was ik in een keer een aanspreekpunt. Mensen spraken mij buiten spontaan aan: ‘Hallo, wat is dat voor hond, wat doet hij voor u?’ En nu, na al die jaren met Edor, word ik buiten door heel veel mensen begroet en maak ik vaker praatjes. Mijn wereld is groter geworden. Daar ben ik Edor zo dankbaar voor, want dankzij hem heb ik weer een leven gekregen, dat ik eigenlijk niet meer had. Ik heb weer meer vrijheid en zelfstandigheid!



Deze foto is voor de coronaperiode genomen.

Uittrekken van schoenen

Hoe goed Edor Jolanda ook helpt, er was nog één ding waarin zij wel de hulp van mensen nodig had: het uittrekken van haar orthopedische schoenen. "Als Edor dat voor mij zou kunnen doen, dan zou ik op ieder gewenst moment mijn schoenen kunnen uitdoen om even te rusten. Nu moest ik daarvoor steeds wachten op de thuiszorg." Zij besloot een balletje op te gooien bij Freek, haar orthopedisch schoentechnicus bij Hanssen Footcare in Heerlen. "Samen hebben we goed gekeken naar Edor: wat zou voor Edor het makkelijkst zijn om een schoen te openen en uit te trekken? En wat kon ik hem wel of niet leren om dat te doen?"

Gaan en staan waar ik wil

Enthousiast vervolgt Jolanda haar verhaal: "Freek kwam met een paar goede ideeën die hij is gaan uitwerken. We hebben een aantal probeersels gehad. Deze hebben uiteindelijk geleid tot deze orthopedische schoenen met speciaal aangepaste sluitingen voor Edor; schoenen die hij voor mij kan openmaken en uittrekken. Dat is natuurlijk prachtig! Ik heb nu twee paar: een paar met ritsen en een paar met klittenband. Ik ben daardoor nog zelfstandiger en heb de vrijheid om te gaan en te staan waar en wanneer ik wil. En dat allemaal dankzij Freek en zijn collega's van Hanssen Footcare, die prachtig gemaakte schoenen en last but not least die kei van een hond van mij."

Hanssen Footcare vindt u op www.footcare.nl en in de regio's:

Amersfoort – Apeldoorn	(033) 456 02 62
Arnhem – Ede	(026) 389 23 33
Haarlem – Amsterdam	(023) 531 92 75
Heerlen – Hoensbroek	(045) 531 16 81
Leiden – Gouda	(071) 576 55 78

