



Nieuwstraat 28 5421 KP Gemert
T 0492 36 15 53 F 0492 36 85 39
E info@DeVoetspecialist.nl



Behandelingen uitsluitend op afspraak, op deze afspraken staat een maximale wachttijd van 20 min. (evt. uitloop van een spreekuur).



Tevens bestaat de mogelijkheid tot behandeling in het Elkerliek ziekenhuis te Deurne. Bezoek aan huis is mogelijk; hier worden extra kosten voor

berekend. Verder meten wij op diverse zorgcentra aan in de gehele regio. Informatie hiernaar bij onze medewerkers.

Verenigingen

Wij zijn lid van de Nederlandse Vereniging van Orthopedische Schoentechnici, Nederlandse Vereniging van Podotherapeuten en het internationale ISPO.

Erkenningsregeling Orthopedisch Schoentechnische bedrijven en Podotherapie



Uiteraard zijn wij een erkend bedrijf. In het kort betekent dit dat er naast eisen en criteria

met betrekking tot vakbekwaamheid en het bedrijfsproces ook een groot aantal waarborgen voor cliënten zijn gekomen, met name op het gebied van voorlichting, kwaliteit en nazorg. Jaarlijks worden wij hiervoor getoetst. Op deze manier bent u verzekerd van de kwaliteit en zorg waar u recht op heeft.

Openingstijden:

Ma: gesloten
Di: 08:30 – 12:30 en 13:15 – 17:30
Wo: 08:30 – 12:30 en 13:15 – 17:30
Do: 08:30 – 12:30 en 13:15 – 17:30
Vr: 08:30 – 12:30 en 13:15 – 20:00
Za: 08:30 – 12:30

Buiten deze tijden kunt u een antwoordapparaat inspreken of mailen met info@devoetspecialist.nl



Wat te doen bij

TRANSPIRATIEKLACHTEN

www.DeVoetspecialist.nl

MET ZORG VOORUIT



Allround gediplomeerd en lid van NVOS, NVvP, ISPO en SEMH-erkend.
Moderne orthopedische schoenen, podotherapie, podologie, arthrodesekokers, protheses, orthoses, dynamische beugels, sportzolen, steunzolen, speciaalschoenen, semi-orthopedische schoenen, schoenaanpassingen en voethulpmiddelen.

www.DeVoetspecialist.nl

MET ZORG VOORUIT

Wat te doen bij

TRANSPIRATIEKLACHTEN



Zweetvoeten

Bij de naam zweetvoeten wordt meteen gedacht aan de onaangename geur. Er zijn maar weinig mensen die er over durven spreken. Toch zou dat goed zijn. Soms zijn er bijzondere oorzaken vanwege organische of hormonale storingen. Meestal kunnen de symptomen verminderd worden door behandeling en zelfzorg.

Transpiratie is natuurlijk

Transpiratie is een wezenlijke functie van het lichaam, onder andere bedoeld voor de temperatuurregeling van ons lichaam, namelijk afkoeling door verdamping. Zelfs als we niet merken dat we zweten verdwijnt er per dag via de zweetkliertjes een halve liter vocht uit ons lichaam. Bij hitte of zware inspanning kan dat oplopen tot wel vijf liter.

Zweet bevat niet alleen water maar ook urinezuur, zouten, aminozuren en melkzuur. De verhouding van de stoffen in het zweet verschilt van persoon tot persoon. De dichtheid van de zweetkliertjes is het grootst op voorhoofd,

handpalmen, oksels en voeten. Juist bij de voeten kan het vocht het moeilijkste verdampen door het dragen van schoenen.

Onaangename geur

Zweet dat pas is ontstaan is reukloos. Door micro-organismen wordt het zweet echter na verloop van tijd ontbonden en ontstaan er onaangenaam ruikende stoffen als amine, boterzuur, en kapronkapryl-zuur.

De simpelste oplossing is om het zweet weg te wassen voordat de onaangename geur optreedt.

Ook zijn er speciale voetbaden die de geur verminderen. De werking hiervan verdwijnt bij veel soorten voetbaden redelijk snel omdat de bacteriën die in de diepere huidplooien, maar vooral die al in de schoenen en/of sokken zitten steeds opnieuw hun weg naar de huid (terug)vinden.

Hyperhidrosis

Bij extreem verhoogde zweetafscheiding spreekt men van hyperhidrosis. Dit komt o.a. voor bij tuberculose, hoge acute koorts, gemoedsaandoeningen, grote hitte, zware arbeid, overvloedig drinken etc.

Zeep is niet altijd goed

Een verhoogde voethegijene bij sterk zweten is goed.

Let er wel op dat je niet te veel met zeep wast. Dit kan de huidflora flink beschadigen en verwijderd teveel talg.

Het lichaam krijgt hierop de neiging om de natuurlijke balans te herstellen en gaat hiervoor weer meer transpiratie produceren.

Ook bij het gebruik van sommige deodorantsprays en deodorantrollers moet u opletten dat dit de huid niet te veel afsluit. Indien u merkt dat u op andere plaatsen meer gaat transpireren, kunt u beter een ander merk gebruiken.

Tips

- Een- à tweemaal per dag wassen met koud water zonder zeep.
- Draag dagelijks schone sokken die het vocht goed opnemen en zo weinig mogelijk synthetische vezels bevatten, b.v. katoen, wol, badstof.
- Wissel desnoods vaker op een dag van schone sokken.
- Strooi talk of mentholtalkpoeder in de sokken voordat je ze aantrekt.
- Draag goede leren schoenen van goede kwaliteit met een leren binnenvoering die bij de voorvoeten niet knellen.
- Draag geen schoenen waarbij het leer dichtgeverfd is zoals bepaalde sportschoenen of schoenen met lak of

imitatieleer.

- Wissel desnoods vaker op een dag van schoenen.
- Gebruik eventueel voetbaden met een formalineoplossing.
- Drink minder alcohol en koffie en vermijd het gebruik van scherpe kruiden.
- Er zijn speciaal behandelde badstofzooltjes die uitwasbaar zijn. Indien u 2 paar heeft kunt u ze iedere dag omwisselen.
- Bij Voetinstituut Penninx zijn vanzelfsprekend meerdere uitstekend werkende anti-transpiratiemiddelen verkrijgbaar.



Verdere informatie

Voor meer inhoudelijke informatie omtrent al deze onderwerpen kunt u te allen tijde terecht bij een van onze medewerk(st)ers op de vestigingen. Ook kunt u meer achtergrondinformatie over Voetinstituut Penninx vinden op het internet.

www.devoetspecialist.nl

www.DeVoetspecialist.nl

MET ZORG VOORUIT