



Zdravé nožky odmalička

Tipy na nákup dětské obuvi



Protože milujeme obuv.



Kdy potřebuje dítě první botičky?

Obuv by měla nohy chránit před chladem a nebezpečím poranění při chůzi. Pro malé děti je proto potřeba až tehdy, když začnou chodit a běhat venku. Pokud miminko leží, je pro něj pohybování nožkami jednoduchou hrou. Když už však začne lézt, stát nebo dělat první krůčky, začne to být namáhavější. Musí se mu nejprve vytvořit svaly na chodidlech i na celých nožkách a vytvarovat nožní klenba. Každým dalším dnem se potom svaly, vazy a šlachy mohou víc a víc namáhat.

Aby dětská chodidla zesílila, musí stále trénovat a mít dostatek prostoru na svůj rozvoj. Jen tak se můžou přirozeně vyvíjet. Samozřejmě, Vašemu dítěti byste měli vybírat správnou obuv a současně ho hned od začátku podporovat, aby chodilo bosé co nejvíc. Protože chůze naboso je pro jeho chodidla to nejlepší.



8 tipů na nákup první obuvi

1. Vybírejte obuv s měkkým svrchním materiálem, aby nebylo dětské chodidlo omezováno v pohybu.
2. Flexibilní podešev podporuje přirozený pohyb chodidla a správný vývoj jeho motoriky.
3. Protismyková podešev poskytuje jistotu, především v začátcích, kdy děti stojí s rozkročenýma nožkami, aby vůbec udržely rovnováhu.
4. Důležitá je i nízká hmotnost obuvi, obzvlášť v prvních měsících, protože šetří záda a páteř.
5. Věnujte pozornost i šířce chodidla a snažte se vybrat nejvhodnější střih obuvi (široký, střední nebo úzký).
6. Chodidlo odměřte dítěti až těsně před nákupem obuvi. Všeobecně se doporučuje měřit dětské chodidlo každé 2 až 3 měsíce.
7. Správně sedět musí i ponožky. Příliš malé ponožky mohou svírat prsty, příliš velké však zase mohou způsobit otlaky.
8. Chodidla dítěti kontrolujte pravidelně, jestli se mu na nich neobjevují otlaky, začervenání nebo puchýře.

5

5 tipů na další nákupy dětské obuvi

1. Alfou a omegou je pravidelné měření dětských chodidel, a to každé 2 až 3 měsíce. Vaše dítě by přitom mělo vždy stát oběma nožkami vedle sebe. V prvních letech života rostou dítěti chodidla přibližně o 2 až 3 velikosti za rok. Ve školním věku se růst zpomalí na zhruba 1 až 2 velikosti za rok. Malé děti však nedokážou správně posoudit, jestli jim bota sedí nebo je netlačí, protože jejich chodidla ještě nejsou dostatečně citlivá na tlak.
2. Nejvhodnější čas na nákup obuvi je v odpoledních hodinách, protože chodidla se v průběhu dne mírně rozšíří. Nechejte proto svoje dítě v prodejně obuvi běhat chvíli vyzuté, aby se mu chodidla mohla trochu uvolnit.
3. Dětská obuv by měla být lehká a flexibilní,

především pro ty nejmenší děti. Kromě toho je důležité, aby měla protismykovou podešev.

4. Dětská chodidla se dost potí, proto se zaměřujte na výběr obuvi z prodyšných materiálů.
5. Modely se suchým zipem nebo na šněrování mají velkou výhodu v tom, že můžete jejich šířku jednoduše přizpůsobit dětskému chodidlu.



Zdravé nožky



Při nákupu obuvi pro malé dítě je třeba věnovat pozornost mnoha důležitým faktorům. Obuv nesmí být příliš malá ani příliš velká, ale ani příliš těžká či neohebná.

Nesprávný výběr dětské obuvi může mít za následek budoucí zdravotní komplikace, proto by se v tomto případě rodiče neměli spoléhat při nákupu na úsudek svého dítěte.

98 % lidí se narodí se zdravými chodidly. V dospělosti má však zdravá chodidla už jen 40 % osob. Různé deformace chodidel, ale i poškození zad a kyčlí, mohou být následkem nesprávného výběru obuvi v dětském věku. Mnohá poškození vznikají v dětství právě kvůli tomu, že děti nosí obuv příliš malou nebo příliš velkou. Mnoho rodičů vůbec

netuší, že děti necítí na chodidlech tlak ani bolest. Ve velkých botách jim chodidlo nedrží pevně a prsty se při pohybu vpřed krčí. Naopak v malých botách škodí dětskému chodidlu přílišný tlak.

Růstu a vývoji dětských chodidel je proto nutné věnovat náležitou pozornost. Správná obuv by neměla chodidlo nijak omezovat, zároveň by ho však neměla nechat ani volně „plavat“. Měla by kopírovat každý pohyb chodidla. Jen takto se mohou dětské nožky volně vyvíjet. Dětská obuv musí zároveň ale splňovat všechny přísné požadavky na kvalitu a přítomnost škodlivých látek.

Využijte dětskou slevu!

Sbírejte nálepky za nákup dětské obuvi a ušetřete!

4 páry = 4 nálepky, 5. pár = sleva 30 %



DEICHMANN-OBUV s.r.o.

Londýnské nám. 853/1

639 00 Brno

Česká republika

