

Skon- det viktigaste hjälpmedel som fötterna har för att förflytta dig!

Vad är viktigt att tänka på gällande skohälsan?

- Insidan av skon är betydelsefull för att skon tillsammans med foten skall få en bra miljö att verka i.
- Skon & foten skall desinficeras varje dag för hälsan och för att motverka odören i skon och foten.
- Utsidan av skon, är viktig att hålla skon i trim för att skon skall må riktigt bra varje dag den används
- Sulan, är din stötdämpare för att foten skall må ännu bättre och inte utsättas för onödig påfrestning
- Slitage, en sko kommer att producera millionstals steg under sin livs tid och påverka gången och din fysiologiska hälsa.
- När du ser att sulan blir snedsliten skall skon kastas för att inte förorsaka ryggsproblem mm
- Snörning, är viktig för att behålla stabiliteten i foten under alla dessa million steg du tar och säkerställa en bra gång.
- Skoblock, för att behålla formen i skon för kommande användning har stor betydelse.
- Skohorn, för att inte trampa ner bakkappan som ger ett bra stöd åt foten skall du alltid använda skohornet.

Desinficering gör du med marknadens ECO produkt direkt från naturen, fri från alkohol och tillsatserna en riktig naturprodukt

Rekommenderas av fotspecialister



Skohälsa- Några viktiga steg för dig som använder dina fötter varje dag!

Tvätta foten ordentligt varje dag

Använda alltid tvättade strumpor varje dag

Desinficera foten varje dag morgon och kväll för bästa hälsa.

Sulan måste tvättas ofta och desinficeras efter varje användning

Behandling av foten hos specialist måste ske regelbundet för att undvika snedbelastning och förhårdnader.

Kilklackar betyder mycket för ryghållningen

Inlägg i skorna kan vara av största vikt, tala med en tekniker

Desinficering gör du med marknadens ECO produkt direkt från naturen, fri från alkohol och tillsatserna en riktig naturprodukt

Rekommenderas av fotspecialister



Varför får vi illaluktande fötter?

Skor börjar lukta när de är i närheten av illaluktande fötter, och fötter kan börja lukta när de kommer i kontakt med illaluktande skor.

Lukten börjar med svett utsöndras från svettkörtlarna på fötterna.

Svettkörtlarna på fötterna utsöndrar svett hela tiden, inte bara som svar på värme eller träning.

Lukten börjar när svetten bryts ner av bakterier och svampar som lever på huden

När svett bryts ned kan en ostliknande lukt framträda.

Doften bli mer påtagligt då det finns en ansamling av bakterier och svett, som kan finnas i dina skor

Ta bort bakterierna

Bakterier behöver fukt för att växa och det gör de ganska snabbt i skorna

Det åtgärdas genom att:

- Tvätta fötterna med en flytande två utan tillsats som stannar kvar på foten
- Tvålen skall tvätta rent inget annat,
- Därefter desinficerar du foten med Turtlecare som gör foten ren och mjuk
- Håll foten torr
- Ha gärna fötterna i solljus och du motverkar bakterier
- Byt skor varje dag och låt skon vila

Rena strumpor hjälper till mot illaluktande fötter

Genom att använda strumpor kommer lukten bli mildare eftersom dina strumpor absorbera svett och bakterier

Strumpor minskar även friktionen mellan dina fötter och dina skor, vilket minskar uppbyggnaden av förhårdnader på fötterna

En uppbyggnad av fukt kan också leda till mögeltillväxt på dina skor. Detta resulterar i att dina skor som inte längre ger stöd och är redo att tas ur bruk