

Zweetvoeten, iedereen heeft ze, jij ook!

De één wat meer dan de ander. In de zomer heb je meer kans op zweetvoeten door te warme schoenen met slechte ventilatie te dragen.

Zweetvoeten gaan meestal samen met vervelende geurtjes.

Wanneer je langdurig last van zweetvoeten hebt, kunnen voetproblemen ontstaan zoals voetschimmel (zwemmerseczeem) en kalknagels.

Hoe ontstaan zweetvoeten

Zweetvoeten en zijn geur worden veroorzaakt door slecht ventilerende sokken en schoenen, een zekere mate van transpiratie en een te warme omgeving voor de voeten.

Door deze factoren ontstaat er een perfecte leefomgeving voor bacteriën en schimmels en gaan de voeten minder prettig ruiken.

De rol van de pedicure

Bezoek op tijd en met regelmaat de pedicure om de voeten professioneel te laten verzorgen en advies op maat te ontvangen. Zo kan de pedicure op tijd ingrijpen bij het ontstaan van voetschimmel, zwemmerseczeem en kalknagels. Bij ernstige klachten word je doorverwezen naar de huisarts.

Wat kan jezelf thuis doen?

Was de voeten met lauwwarm water en droog ze daarna goed af, ook tussen de tenen.

Smeer de voeten met een verzorgende voetenbalsem in.

Draag schone & droge sokken en goed ventilerende schoenen die bij het seizoen passen.

Verwissel regelmatig van schoenen, zodat het gedragen paar kan luchten en het transpiratie vocht kan verdwijnen.

Bij de betere schoenen kan de binnenzool uit de schoen gehaald worden waardoor ze makkelijk te reinigen en drogen zijn.

Let bij aankoop van nieuwe schoenen of sokken op het materiaal. Natuurlijke materialen – leer, katoen, wol - zijn vocht doorlatend en verminderen de transpiratie.

Toch nog vervelende geurtjes?

Een voetdeco kan wonderen doen. Gebruik deze deco voordat je sokken en schoenen aantrekt.

Ook kunnen de sokken halverwege de dag verwisselt worden door schone en droge sokken. Voordat deze aangetrokken worden, de voeten goed afdrogen.

Jouw voeten knappen op door ze te verwennen met een voetenbad met een verfrissende badolie.

Geef zweetvoeten geen kans en laat je adviseren door de Voetentuin!

Als gediplomeerd pedicure ben ik lid van de vakbranche "Provoet".



www.provoet.nl

Provoet ledennummer: 303962

Zijn er problemen die we niet samen kunnen oplossen? Dan kunnen jij en ik terecht bij de Geschillencommissie.



de geschillencommissie

www.geschillencommissie.nl

KvK nummer : 09192728
BTW nummer : NL001925614B52

ING bank : NL63 INGB 0006 6752 02

Openingstijden:

Maandag : 09.00 – 20.00

Dinsdag : 09.00 – 20.00

Woensdag : 09.00 – 20.00

Donderdag : 09.00 – 20.00

Vrijdag : 09.00 – 20.00

Zaterdag : 09.00 – 15.00

In 2025 is de salon gesloten van:

maandag 10.03 t/m zaterdag 15.03

maandag 28.04 t/m zaterdag 03.05

maandag 29.09 t/m zaterdag 04.10

woensdag 24.12 t/m donderdag 01.01.(26)

Je kan alleen terecht op afspraak.

**(prijs)wijzigingen en drukfouten
voorbehouden**

zweetvoeten



Lorentzlaan 31
7002 HA Doetinchem

T. 06 – 34870614

voetentuin@gmail.com
www.voetentuin.nl