

Kinderfüße – so bleiben sie gesund

**Eine Information des
Deutschen Schuhinstituts**



Kleine Füße – das große Wunder

Kommt Ihnen das bekannt vor? Sie betrachten die kleinen Füße Ihres Kindes und sind fasziniert... Beinahe unglaublich, dass es auf diesen zarten Füßen einmal durchs Leben gehen wird. Dies wird besonders dann gelingen, wenn in den ersten Lebensjahren gut auf sie geachtet wird. Und dafür können Sie als Eltern viel tun.



Lassen Sie Ihr Kind viel barfuß laufen, damit sich die Füße frei entfalten und gesund entwickeln können. Schuhe dienen dem Schutz der Füße. Neben einer guten Passform ist eine flexible Sohle wichtig, die sich an das Laufen und Toben der Kinder anpasst.

WMS – Passt natürlich. ist seit mehr als 40 Jahren ein Qualitätssiegel des Deutschen Schuhinstituts für geprüfte Kinderschuhe und das Messen von Kinderfüßen. Die Veränderung von Kinderfüßen wird durch wissenschaftliche Studien kontinuierlich überprüft und in WMS integriert, um Ihnen und Ihrem Kind Sicherheit beim Schuhkauf zu geben.



Einen Schritt voraus – Stellen Sie Ihr Kind auf gesunde Füße

98% aller Kinderfüße kommen gesund zur Welt – doch leider haben nur ein Drittel der Erwachsenen gesunde, nicht deformierte Füße. Dafür gibt es verschiedene Ursachen. Wissenschaftler bestätigen jedoch, dass ein natürliches Training der Füße und passende Schuhe eine wichtige Voraussetzung für gesunde Füße darstellen.

Ein Baby bewegt seine Füße im Liegen zunächst spielerisch und oft reflexartig. Hierbei trainiert es bereits intuitiv Muskeln, Bänder und Sehnen. Mit dem Krabbeln, Stehen und Laufen werden auch die Beinmuskeln gestärkt. Lassen Sie Ihr Kind so oft es geht barfuß laufen, dann trainiert sich die Fußmuskulatur. Bis zum Alter von 3 Jahren haben sich die Fußgewölbe eines Kinderfußes ausgebildet.





Annette v. Czarnowski,
Kinderfußexpertin des
Deutschen Schuhinstituts

Mein Tipp: Schuhe benötigt Ihr Kind erst, wenn es mehrere Schritte frei laufen kann. Denn jeder Schuh schränkt die natürlichen Reflexe und die Bewegungsmöglichkeit der Füße ein.



Passform Kinderschuhe – Mit WMS sitzen sie wirklich

Das Deutsche Schuhinstitut empfiehlt, neue Kinderschuhe mit einer größenabhängigen Längenzugabe von 9–15 mm zu kaufen. Diese Zugabe dient dem Abrollen des Fußes und enthält eine Wachstumsreserve. 15 mm Zugabe sind übrigens mehr als zwei Schuhgrößen!

Die Angaben von Schuhgrößen können von Hersteller zu Hersteller variieren. Durch **WMS – Passt natürlich.** werden einheitliche Schuhgrößen definiert, welche von den WMS Kinderschuhherstellern durch Nutzung spezifischer WMS Leisten berücksichtigt werden. Dieselbe Größenskalierung findet sich auch auf dem WMS Fußmessgerät, mit dem geschulte Verkaufskräfte im Fachhandel die Schuhgrößen der Kinderfüße ermitteln. Kinderfüße sind nicht nur in der Länge sondern auch in der Breite und Weite von Kind zu Kind unterschied-



lich. Kinderschuhe müssen diese Individualität abbilden, daher gibt es WMS Kinderschuhe in drei unterschiedlichen Weiten – schmal für besonders schlanke Füße, mittel für einen durchschnittlichen Fuß und weit für kräftigere Füße. Einen ersten Anhaltspunkt über die Weite gibt das WMS Fußmessgerät. Ob der Schuh nun wirklich an den individuellen Fuß passt, kann nur durch Anprobe und gute Passformkontrolle sichergestellt werden.

Kleine Kinder können oft nicht verlässlich sagen, ob Schuhe passen, da die Sensibilität des Nervensystems noch eingeschränkt sein kann.

Mein Tipp: Kinderfüße wachsen schnell, am besten lassen Sie die Füße Ihres Kindes alle 3-4 Monate nachmessen.





Schuhkauf mit Kindern – 5 Tipps für 10 gesunde Zehen

Schuhe benötigt Ihr Kind erst, wenn es mehrere Schritte frei laufen kann, denn barfuß laufen fördert die Motorik nachhaltig.

Kinder sollten beim Schuhkauf dabei sein, damit Füße gemessen und passende Schuhe gefunden werden können.

WMS empfiehlt für neue Kinderschuhe, dass vor den Zehen noch Raum für ein 1-Cent-Stück sein sollte. Dieser entspricht gut zwei Schuhgrößen und wird zum Abrollen und Wachsen der Füße benötigt.

Damit die Füße nicht nach vorne rutschen oder eingengt werden, müssen sie von den Kinderschuhen in der Breite und Weite sanft umschlossen werden.

Achten Sie beim Kinderschuhkauf auf das Qualitätssiegel **WMS – Passt natürlich.**, das für geprüfte Passformen, verlässliche Messgeräte und geschultes Verkaufspersonal steht.

Weitere Informationen: [wms-schuh.de](https://www.wms-schuh.de)