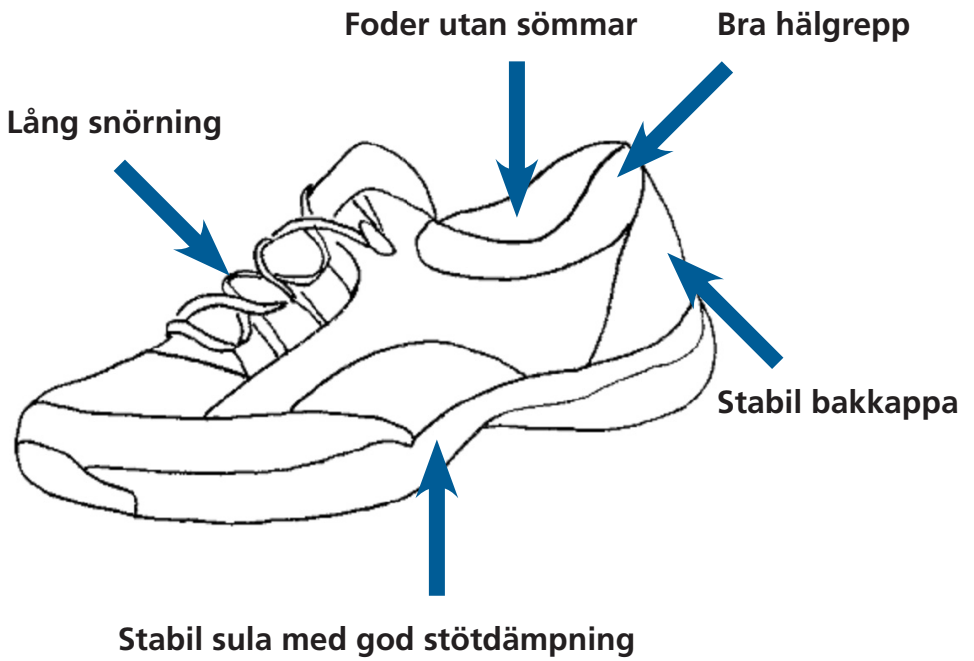


Brukarinformation

# Skoråd





## **ANVÄNDARINSTRUKTION**

Att tänka på när du köper skor

För att underlätta för dina fötter krävs en bra sko. Det är viktigt att skon har en stabil och stötdämpande sula samt stabil bakkappa som hjälper foten i gång och stående. Sulan skall bara kunna böjas vid tåleden.

En snörsko ger större justeringsmöjligheter vilket bidrar till en bra passform av skon, lång snörning gör det lätt att komma i och ur skon.

När du väljer storlek är det bra att få dina fötter och skor kontrollmätta, skorna bör vara minst 10 mm längre än foten i stående.

Provgå skorna i butiken och hemma. Titta på dina fötter efter en stunds användning, irriterade röda fötter tyder på dålig passform av skorna

Ta god tid på dig när du går in dina nya skor – hellre flera korta stunder än långa.

## **RENGÖRING OCH SKÖTSEL**

För att undvika skav bör du med jämna mellanrum tömma dina skor på grus, sand mm. Känn med händerna inuti skon efter veck, trasigt foder eller andra ojämnheter. Skor är en förbrukningsvara, slitna skor bör bytas ut.

Skokräm eller impregneringsmedel används för att underhålla skinnet och förhindra att skon blir blöt.

## **FRÅGOR**

Du är alltid välkommen att höra av dig till oss med frågor som rör skorna och dess användning.

## **FÖR RÅDGIVNING, TIDSBOKNING, SERVICE ELLER REPARATION**

Ortopedteknik, Borås lasarett

Tel:..... 033-616 14 60

Mån - Fre 09.30 - 11.30, övrig tid telefonsvarare

Fax:..... 033-616 20 06

e-post: ..... ota.boras@vgregion.se

hemsida:..... [www.vgregion.se/sas](http://www.vgregion.se/sas)

## **1177 VÅRDGUIDEN**

Du kan beställa tid, begära att bli kontaktad etc. genom att gå in på webben:

[www.1177.se](http://www.1177.se)