

Ein perfekter Auftritt

Fast 70 Prozent der Drei- bis Sechsjährigen tragen **ZU KLEINE SCHUHE**, ohne dass die Eltern dies bemerken. Worauf Sie deshalb schon beim Kauf achten sollten



Dr. Wieland Kinz Der Sportwissenschaftler aus Salzburg ist Mitglied des Forschungsteams „Kinderfüße-Kinderschuhe“. Es forscht im Auftrag verschiedener Ministerien in Österreich zu dem Thema

Kinder jammern nicht, wenn sie der Schuh drückt. Doch was heroisch klingt, hat unangenehme Folgen. Eine aktuelle Studie mit 858 Kindergartenkindern zeigt: Bei zwei Drittel der Kleinen ist die große Zehe unnatürlich gekrümmt, teilweise um mehr als zehn Grad. „Je kürzer die Schuhe, desto schiefer die Zehen“, fasst Forscher und Sportwissenschaftler Dr. Wieland Kinz die Ergebnisse zusammen. **BABY und Familie** sprach mit dem Wiener Experten:

Wieso merken Eltern nicht, dass ihre Kinder zu kurze Schuhe tragen?

Die meisten von ihnen trifft keine Schuld. Sie haben lediglich entsprechend der Fußgröße ihres Nachwuchses Schuhe gekauft. Wir haben mit unseren Forschungen herausgefunden, dass bei 97 von 100 Schuhen die angegebene Größe nicht mit der Innenlänge des Schuhs übereinstimmt. Im Durchschnitt ist diese zwei Nummern kleiner, manchmal sogar bis zu fünf Größen.

Wie kommt es zu so großen Abweichungen?

Die Schuhindustrie begründet sie damit, dass Schuhe bei der Herstellung schrumpfen. Bei diesen Dimensionen kann das aber nicht der einzige Grund sein. Wir glauben,

ben, dass einige Produzenten schlampig mit den Größen umgehen und niemand nachmisst, wie lang die Schuhe überhaupt sind. Ein großes Versäumnis.

Mit Ihrer Studie haben Sie erstmals die Folgen von zu kurzen Schuhen nachweisen können.

Das Ergebnis hat uns alle sehr verblüfft. Bei der Mehrheit der von uns untersuchten Drei- bis Sechsjährigen zeigte die große Zehe bereits eine abweichende Winkelstellung. Bislang dachte man, die weichen Kinderfüße seien nicht veränderbar, schon gar nicht in so kurzer Zeit.

Welche Folgen hat eine Schiefzehe langfristig?

Dazu gibt es noch keine Untersuchungen. Wir vermuten, dass sich das Gangmuster verändert und dadurch beispielsweise die Halswirbelsäule leidet. Es könnte aber auch sein, dass Kinder aufgrund der Beschwerden, die eine schiefe Zehe bereitet, weniger Lust haben, sich zu bewegen.

Warum beschweren sich die Kleinen nicht, dass sie zu kurze Schuhe tragen?

Kinder haben kein Gefühl dafür, ob ein Schuh passt. Daher beschweren sie sich nicht, wenn er drückt oder einschnürt. Eltern müssen selbst aktiv werden.

Und das heißt? Sie sollten sich nicht auf die angegebenen Schuhgrößen verlassen. Am besten lässt man immer die Innenschuhlänge nachmessen oder bringt eine Schablone zum Einkaufen mit. Dafür zeichnet man den Fußumriss des Kindes auf Pappe nach und gibt bei der längsten Zehe 12 bis 17 Millimeter dazu. Passt die Schablone gut in den Schuh, sitzt er richtig.

Weshalb muss die Schablone 12 bis 17 Millimeter größer sein?

Füße werden durch Belastung im Laufe des Tages größer, deshalb müssen im Schuh mindestens 12 Millimeter Luft vorne bleiben. Ansonsten stoßen die Zehen bei jedem Schritt an.

Schuhverkäufer prüfen meist mit dem Daumen, ob im Schuh

genug Luft ist. Ist diese Methode verlässlich?

Wenn der Verkäufer das mit einer Hand macht, dann nicht. Denn sobald das Kind den Druck des Daumens spürt, zieht es automatisch die Zehen ein. Profis prüfen beidhändig. Sie legen die eine Hand auf den Vorfuß, spüren, ob die Zehen ausgestreckt sind und üben dann einen leichten Druck auf den Fuß aus. Mit dem Daumen der anderen Hand testen sie nun die Schuhgröße.

Wenn sich aus einem Schuh die Einlegesohle rausnehmen lässt,

kann ich gut alleine, ob der Schuh

Leider nein. In unseren Untersuchungen haben wir festgestellt, dass nur bei einem Drittel der getesteten Schuhe die Einlegesohle richtig in den Schuh passte. Bei einem Drittel waren sie zu kurz und bei einem Drittel sogar zu lang. Hat die Sohle die korrekte Länge, darf der Fuß nicht ganz hinten anstehen, sondern braucht auch hier etwa einen Zentimeter Platz. Denn es stößt ja nicht der untere Fersenbereich hinten im Schuh an.

doch sehen, passt.

Wie oft sollte man kontrollieren, ob Schuhe noch passen?

Ist Ihr Kind beispielsweise vier Jahre alt und Sie haben Schuhe gekauft, die 17 Millimeter länger sind, prüfen Sie das nach vier bis fünf Monaten nach. Denn die Füße von Drei- bis Sechsjährigen wachsen durchschnittlich einen Millimeter im Monat. Bei den Ein- bis Dreijährigen können Sie von eineinhalb Millimetern pro Monat ausgehen. Bei den Sechs- bis Zehnjährigen sind es im Durchschnitt nur noch 0,8 Millimeter im Monat.

Barbara Weichs ■



Der Schuh-Ratgeber
Sandalen, Gummistiefel, Pantoffeln – was Sie beim Kauf wissen sollten, lesen Sie bei uns im Internet unter www.baby-und-familie.de