

CONSEILS CHAUSSAGE

La personne âgée est souvent sujette aux troubles de l'équilibre et au risque de chute. Un chaussage inadapté est un facteur de risque de chute.

Le port de chaussure protège les pieds des contraintes mécaniques et de l'irrégularité du sol.

Une attention particulière doit donc être portée sur le choix des chaussures.



QUELQUES CONSEILS POUR BIEN CHOISIR SES CHAUSSURES ?

- Suffisamment large
- En matériau souple, pour ne pas traumatiser (attention aux coutures intérieures)
- Légère et facile à mettre et à enlever
- Bien tenir le pied (surtout la cheville)
- Pointure adaptée
- Une semelle antidérapante flexible à l'avant du pied
- Un talon inférieur à 2,5 cm large
- Intérieur de la chaussure sans coutures
- Un maintien empêchant le pied de glisser dans la chaussure ou de déchausser le talon à la marche
- Serrage par un système de fermeture réglable (velcro, laçage...)