**Kinderschuhe: Nicht nur die richtige Größe zählt**

**Auf gesundheitsverträgliche Verarbeitung achten**

**(September 2020) Der Fußgesundheit zuliebe sollte man auf den Kauf von Kinderschuhen viel Sorgfalt verwenden, rät die SIGNAL IDUNA. Dabei geht es nicht nur um die richtige Schuhgröße. Ein weiteres Problem ist die Belastung vieler Schuhe mit Schadstoffen.**

Viele Erwachsene leiden beispielsweise unter Fehlstellungen der Füße und daraus resultierenden Rückenproblemen. Sehr häufig liegen die Ursachen dafür in der Kindheit. So tragen viele Kinder deutlich zu kurze Schuhe, ohne es zu merken: Denn einerseits sind die Nerven in den Füßen noch nicht richtig entwickelt, zweitens sind Kinderfüße sehr formbar.

Beim Schuhkauf sind daher die Eltern besonders gefragt, so die SIGNAL IDUNA. Nicht verlassen sollte man sich dabei auf die auf den Schuhen angegebene Größe und die klassische Daumenprobe. Die Daumenprobe funktioniert bei Kindern nicht, da sie bei Druck automatisch ihre Zehen zurückziehen.

Um die richtige Schuhgröße zu bestimmen, können beispielsweise die Innensohlen der Schuhe herhalten, wenn sie sich herausnehmen lassen. Auf diese stellt man das Kind und kann schnell sehen, ob der Schuh passt. Eine andere gute Methode ist eine Pappschablone, die man zuhause für jeden Fuß des Kindes mit einer Zugabe zwischen 12 und 17 Millimetern anfertigt. Passt sie, ohne zu knicken oder zu rutschen in den Schuh der Wahl, passt er auch dem Kind. Zudem halten viele Schuhläden spezielle Messgeräte vor, mit denen sich leicht das passende Schuhwerk finden lässt.

Doch nicht nur die passende Schuhgröße sollte ein Kaufkriterium für Kinderschuhe sein. Viele Schuhe enthalten schädliche oder gar giftige Stoffe. So lassen sich beispielsweise in Gummistiefeln oder Plastikschlappen immer wieder unter anderem gesundheitsschädliche „polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe“ oder auch Formaldehyd nachweisen. Experten raten daher, von Schuhen mit einem intensiven oder stechenden Geruch per se die Finger zu lassen. Da viele dieser Substanzen aber geruchlos sind, ist zu überlegen, ob man nicht generell auf solches Schuhwerk zu verzichtet.

Doch auch Lederschuhe sind nicht „ohne“, denn sie sind oft mit giftigen Chrom-Derivaten belastet, da Chromsalze eingesetzt werden, um das Leder zu gerben. Hier sollte man daher Schuhe kaufen, die ein Label tragen wie etwa das EU Ecolabel, oder deren Leder pflanzlich gegerbt ist. Eine Alternative wäre, ganz auf Leder zu verzichten und stattdessen beispielsweise auf Schuhe aus Kunstleder, Kork oder Nylon zurückzugreifen.

Besonders gut gefällt und tut es Kinderfüßen, wenn sie unbeschuht ihre Umgebung erkunden können. Daher sollte man die Kleinen ruhig öfter barfuß laufen lassen.