

Hoge hakken veroorzaken voetproblemen

Hoge hakken kunnen verschillende voetproblemen veroorzaken.



Foto: Gezondheidsnet

Ingegroeide teennagels zijn de meest voorkomende kwaal bij hakkenliefhebsters, meldt Loyola University Health System.

Hoge hakken, maar ook krappe en puntige schoenen zijn een groeiende oorzaak van ingegroeide teennagels. Dergelijke schoenen veroorzaken een constante druk op met name de nagel van de grote teen. Deze kan daardoor niet goed groeien en boort zich soms in de huid, wat tot infecties kan leiden.

Permanente schade

Ingegroeide teennagels zijn niet comfortabel, maar veel vrouwen hebben wel wat pijn over voor het dragen van hakken. Maar er kunnen ernstigere complicaties en permanente schade aan de nagel optreden, zegt Rodney Stuck.

Amputatie

Stuck waarschuwt dat vooral diabetici moeten oppassen met ingegroeide teennagels. Omdat zij soms een slechtere doorbloeding hebben, is genezen lastiger.

“Als vrouwen met diabetes geen last hebben van hun schoenen, behandelen ze hun ingegroeide nagels niet op tijd. Dit kan zelfs leiden tot een amputatie”, aldus Stuck.