

## Vergoeding door uw zorgverzekeraar

In sommige gevallen kunt u behandeling door een pedicure vergoed krijgen door uw zorgverzekeraar. Hiervoor moet deze wel ingeschreven staan in het kwaliteitsregister voor Pedicures (KRP). U kunt hierover zelf gegevens opvragen via [www.kwaliteitsregisterpedicures.nl](http://www.kwaliteitsregisterpedicures.nl). Vraag uw huisarts om een doorverwijzing en informeer naar de polisvoorwaarden van uw zorgverzekering.



## ProVoet

Provoet is de landelijke brancheorganisatie voor pedicures. Zij bevordert de kwaliteit van voetverzorging en het beroep (medisch) pedicure. ProVoet pedicures beschikken altijd over een erkend diploma en werken volgens strikte hygiënische richtlijnen. Uw voeten zijn bij hen in goede handen.



**Voetenpraktijk  
Ieberenhoeve**

## Gezonde voeten

Mary Beerepoot  
Pedicure/Verpleegkundige  
Elperstraat 14  
9443TL Schoonloo  
06 22681599  
[voetenpraktijk@ieberenhoeve.nl](mailto:voetenpraktijk@ieberenhoeve.nl)  
[www.voetenpraktijk.ieberenhoeve.nl](http://www.voetenpraktijk.ieberenhoeve.nl)



## Gezonde voeten



Uw voeten zijn levenslang trouwe onderdanen. Om ze in conditie te houden, verdienen ze regelmatig extra aandacht.

Voetverzorging is in tegenstelling tot wat veel mensen denken geen overbodige luxe. Er zijn talloze redenen denkbaar om aandacht te besteden aan uw voeten. Ter voorkoming van pijnlijke problemen, voor ontspanning en een verzorgd uiterlijk, maar bijvoorbeeld ook bij veel sporten, een staand beroep of een medische aandoening. De belangrijkste reden om aandacht te geven aan voetverzorging is een goede gezondheid.



## Wat kunt u zelf doen?

Door regelmatig aandacht te schenken aan de verzorging aan uw voeten, blijven ze zo lang mogelijk gezond en in conditie. Hieronder alvast een aantal tips die u daarbij helpen:

- Was uw voeten dagelijks, liefst zonder zeep
- Droog uw voeten goed af, ook tussen de tenen
- Gebruik een voetcrème om de huid soepel en in conditie te houden.
- Knip uw teennagels recht en niet te kort en knip geen hoekjes af, om ingroeien te voorkomen.
- Houd uw voeten soepel, door dagelijks voetoefeningen te doen.
- Koop goed passende (leren) schoenen met voldoende ruimte voor de tenen
- Draag geen knellende sokken of kousen, bij voorkeur zonder naden.
- Kies voor sokken van natuurlijke, absorberend materiaal als katoen of wol.
- Trek elke dag een paar schone sokken aan, om schimmelinfecties te voorkomen



## Gespecialiseerde behandeling

Veel medische aandoeningen brengen specifieke complicaties aan de voeten met zich mee. Denk bijvoorbeeld aan huidaandoeningen, reuma, diabetes Mellitus, verlammingen, spasmen, en hart- en vaatziekten. Uw voeten hebben in zo'n geval vaak specialistische verzorging nodig. Hiervoor kunt u terecht bij de pedicure met een specialisatie of de medisch pedicure. Zij zijn speciaal opgeleid en bevoegd op het gebied van complexere voetverzorging. Indien noodzakelijk, verwijst de gespecialiseerde pedicure u door naar een arts, fysiotherapeut, podotherapeut, orthopeed of andere specialist.

### Verwen u voeten

U heeft niet altijd een directe aanleiding nodig om bij een pedicure langs te gaan. Ontspanning en plezier zijn reden genoeg. Uw voeten krijgen in uw leven immers heel wat te verduren en zijn de extra aandacht meer dan waard. Verwen uw voeten af en toe met een luxe behandeling bij de professionele pedicure. Deze kan bestaan uit:

- Een voetenbad
- Scrubbehandeling/voetmasker
- Voetmassage
- Polijsten en lakken van de nagels