

07.07.2009 - 09:02 Uhr

Hightech bestätigt Hausverstand: Kinderfüße brauchen Freiheit

Salzburg (ots) -

Dass barfuß gehen gesund ist, weiß heute jedes Kind. Wie sehr es tatsächlich die Beweglichkeit der Füße fördert, bewiesen österreichische Wissenschaftler und Biomechaniker der Uni Zürich in einem Hightech-Labor.

18 kleine Sensoren klebten die Forscher den 5- bis 7-jährigen Kindern an jeden Fuß. Auf einer Teststrecke nahmen 12 Infrarot-Kameras ganz genau jede einzelne Bewegung auf - einmal mit Schuhen und einmal barfuß. Das Ergebnis, errechnet aus Millionen von Daten, war überwältigend! Allein am Beispiel des Abdruckwinkels zwischen Zehen und Mittelfuß zeigte sich: In Schuhen beugen sich die Füße der Kinder um mindestens 30% weniger. Ähnliche Resultate ergaben sich auch bei den vielen anderen Gelenken, die den Kinderfuß ja so mobil machen.

Fazit der Wissenschaftler: Barfuß gehen trainiert Kinderfüße optimal! Sie werden beweglicher, kräftiger und damit widerstandsfähiger. Daher empfehlen die Experten allen Eltern: Weg mit den Schuhen so oft es geht!

Weil das aber leider nicht immer und überall funktioniert, sollten Kinderschuhe unbedingt eine spezielle Eigenschaft haben. Der Salzburger Orthopäde Christian Klein: "Sie müssen weich sein und jede Bewegung mitmachen. Die veraltete Einstellung, Kinderfüße bräuchten Halt und müssten gestützt werden, gehört nun endgültig ins Reich der Märchen."

Mit einem praktischen Handgriff, dem "Flexi-Test", wissen Eltern sofort, ob die Kinderschuhe für ihre Liebsten geeignet sind. Dr. Klein: "Biegen Sie mehrere Modelle mit einer Hand. Sie werden schnell feststellen, wie schwierig das bei manchen sein kann. Für Kinderfüße sind solche Exemplare eine Qual."

<http://www.kinderfuesse.com/download.asp?lev=wort2&page=1>

Tipp des Profis: Je weicher und flexibler der Schuh, desto besser für die Kinderfüße. Übrigens: Das merken auch die Erwachsenen! Aus den Entwicklungslabors der Laufschuhhersteller kommen immer mehr weiche und biegsame Modelle.

Weitere Infos: www.kinderfuesse.com

Rückfragehinweis:

Dr. Wieland Kinz, Salzburg, Österreich
Tel.: 0043 664 264 34 50
<mailto:info@kinderfuesse.com>

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100015751/100586305> abgerufen werden.