

4 TIPS VOOR GEZONDE VOETEN

1. Droog je voeten grondig af na een bad of douche. Gebruik eventueel een haardroger om de tenen goed droog te krijgen.
2. Knip je nagels recht af om ingroeiende nagels te voorkomen.
3. Beperk het dragen van hoge hakken. Ook slippers zonder ondersteuning aan de hiel zijn geen goed idee.
4. Gebruik dagelijks een vochtinbrengende crème, bijvoorbeeld voor het slapengaan. Hiermee vermindert de aanmaak van eelt. Extra voordeel: je geeft jezelf een korte voetmassage. Dit stimuleert de doorbloeding en geeft je gegarandeerd een aangename nacht.

IK HEB EEN AFSPRAAK, WAT NU?

Je hebt een afspraak vastgelegd? Leuk! Bedankt voor het vertrouwen en tot snel!

Hieronder enkele tips ter voorbereiding van de eerstvolgende afspraak:

1. De pedicure komt bij je thuis:

- Zorg voor een plaats met 2 stoelen en voldoende licht.
- Zorg voor een stopcontact in de buurt van de ruimte.
- Neem een kort voetbad of was je voeten voor de verzorging.

2. Ga eens luisteren bij het ziekenfonds. Zij bieden terugbetalingen aan voor pedicure-behandelingen door een erkend voetverzorger.

3. De pedicure heeft het beste met je voor. Neem het advies serieus en raadpleeg een dokter of podoloog indien nodig.

PRIJSLIJST

Medische voetverzorging	€ 35
Deelbehandeling <i>Opvolging, enkel nagels of eelt,...</i>	€ 15-25
Tamponade <i>Wegnemen van druk in de nagelwal</i>	€ 7
Nagelbeugel <i>Behandeling van ingegroeide nagels</i>	€ 15-20
Nagelreconstructie €/nagel <i>Reconstrueren van de nagelplaat</i>	€ 19
Orthese op maat*	€ 10-50
Verplaatsing +7km = €/km	€ 0,50

**Afhankelijk van de aandoening zal ik je doorverwijzen naar een podoloog*



WIST JE DAT...

...je voet even groot is als de binnenkant van je onderarm?

...ongeveer 60% van de bevolking te maken heeft (gehad) met voetklachten?

...voeten over het algemeen niet zo goed verzorgd worden als handen?

...je voor een pedicure een terugbetaling kan krijgen van het ziekenfonds?

CONTACT

Elien Lambrechts
Kruisstraat 30
2350 Vosselaar

0474 225 987
elien@medipedi.be
www.medipedi.be

BE 0502 790 095

MEDISCH PEDICURE



ELIEN LAMBRECHTS

OP AFSPRAAK AAN HUIS

Vosselaar - Beerse - Gierle