



Wij zijn
Kaptein.
Wij maken
schoenen.

AANDACHT VOOR VOETEN EN MENSEN

HET OOG WIL OOK WAT

VOETPROBLEMEN? VAN STEUNZOLEN TOT MAATSCHOENEN

INHOUD

- 6** Welkom
- 8** Je bent niet de enige
- 10** Als je bij ons komt
- 12** Stepped care-methode
- 16** Alle oplossingen op een rij
- 20** Digitale technieken
- 22** Het oog wil ook wat
- 24** Maatschoenen: het proces
- 26** Onze medewerkers
- 32** De historie van Kaptein Orthopedie
- 36** Samenwerkingen
- 44** Voet- en enkelpoli Spaarne Gasthuis
- 48** Wat zijn goede schoenen?
- 50** Werkschoenen
- 52** Onderhoudstips
- 58** Klanten aan het woord
- 68** Vergoedingen
- 72** Hocus Pocus
- 75** Colofon





Wij zijn Kaptein. Wij maken schoenen.

...Dat wil zeggen: we maken schoenen die je niet alleen fijn en beter laten lopen, maar waarmee je óók zeker gezien mag worden. En we doen meer! Want soms is een steunzool al voldoende. Of aanpassingen aan je eigen schoenen. Ook daarvoor zijn we dagelijks paraat.

Welkom...

In dit magazine geven we een inkijkje in ons mooie vak. En natuurlijk in wat je kan en mag verwachten als je bij ons binnenstapt. We laten je zien dat je echt niet de enige bent met voet- of loopproblemen en dat we in vrijwel alle gevallen een oplossing kunnen bieden. Maar ook laten we specialisten aan het woord. En we vertellen hoe het komt dat onze klanten doorgaans blij, trots en tevreden ons pand verlaten. Omdat ze weer soepel en comfortabel kunnen lopen bijvoorbeeld. Of omdat ze prachtige schoenen hebben die ook qua uiterlijk precies aan hun wensen voldoen.

Het geheim: Bij Kaptein hebben we niet alleen aandacht voor voeten, maar vooral voor mensen. Wij gaan door waar de schoenwinkel stopt. Samen zoeken we de oplossing die het beste bij jou past. Je bent van harte welkom.

*Wim en Dorine
Kaptein*



Voetproblemen?

JE BENT ECHT NIET DE ENIGE!

57%

Voor sommigen is het slechts een schrale troost, maar toch is het goed om te weten dat je bepaald niet de enige bent die problemen heeft met lopen. Maar liefst 57% van de mensen krijgt er in zijn leven mee te maken.

Z'n 10% van alle Nederlanders (1,8 miljoen mannen en vrouwen dus!) loopt op steunzolen. Voor naar schatting 200.000 mensen is die oplossing niet voldoende. Voor hen maken wij en al onze collega's in het land producten waar zij baat bij hebben. Veruit het merendeel krijgt een wat grotere aanpassing in de confectieschoenen of semi-orthopedische schoenen. Voor 97.000 mensen maken we schoenen helemaal op maat. Dat die ook heel mooi kunnen zijn, lees je elders in dit magazine.

“

Minder pijn bij je
dagelijkse activiteiten”

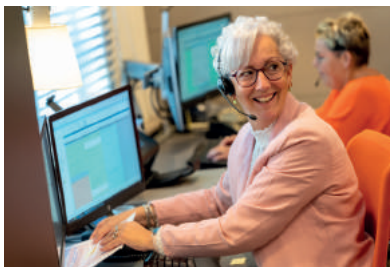
LEVEN ZONDER BELEMMERINGEN

Een mens loopt wat af op een dag. Als dat niet prettig of pijnloos kan, is dat vervelend. In de eerste plaats omdat je de pijn of het ongemak probeert te vermijden. Dat leidt op den duur ook nog eens tot lastige houdingsproblemen. Maar een loopbeperking heeft natuurlijk ook gevolgen voor je dagelijkse bezigheden. Niet alleen in het werk, maar ook bij ontspanning. Je wilt immers zonder belemmeringen aan zoveel mogelijk activiteiten kunnen meedoen. Dat wekelijkse potje tennis, die wandeling met vrienden, het loopje met de hond, lekker winkelen..., goede kans dat ook jij het straks weer allemaal met plezier kunt doen.



DIT STAAT JE TE WACHTEN ALS JE BIJ ONS KOMT

Het maakt ons niet uit of je door een specialist verwezen bent óf geheel op eigen initiatief bij ons binnenstapt. Voor iedereen nemen we uitgebreid de tijd. Dat begint met een gesprek. Daarin vertel je over jouw voet- of loopprobleem. Zo achterhalen we wat daarvan de oorzaak kan zijn. Aansluitend doen we een voetonderzoek en maken we een afdruk of scan. Samen gaan we uiteindelijk op zoek naar de oplossing die het beste past bij jouw persoonlijke situatie en gebruiksdoel. Een oplossing dus die ervoor zorgt dat jij weer beter kunt doen wat je wilt doen. In dat zorgvuldige zoekproces hanteren we in alle gevallen de 'stepped care-methode' (zie op de volgende pagina's).



STEPPED CARE-METHODE

‘Stepped care’ betekent letterlijk ‘getrapte zorg’. Dat houdt in dat we het nooit onnodig ingewikkeld of ingrijpend – en dus duur voor de verzekering – maken. Anders gezegd: we gaan steeds voor de meest eenvoudige oplossing. Een kwestie van afstappen. Dus: als oplossing 1 niet geschikt is, overwegen we oplossing 2. Blijkt ook die jou onvoldoende te kunnen bieden, dan gaan we naar oplossing 3 en zo verder. Natuurlijk doorloop je als klant niet letterlijk alle stappen, maar dit is hoe de stappen overwogen worden.



- 1 Advies over je schoenen, over voetverzorging en eventueel over het inschakelen van een medisch pedicure.
- 2 Aanmeten en produceren van een steunzool, een orthopedisch voetbed of een hulpmiddel dat de stand van de tenen verbetert (ook wel ‘teenorthese’ genoemd).
- 3 Je koopt (in een goede schoenenwinkel) nieuwe confectieschoenen waaraan wij vervolgens een orthopedische aanpassing maken.
- 4 We laten semi-orthopedische schoenen (OSB’s) maken. Die zien er aan de buitenkant vrijwel hetzelfde uit als gewone confectieschoenen; komen veelal uit dezelfde fabriek. Alleen bieden ze in breedte en hoogte meer ruimte voor steunzolen of orthopedische aanpassingen. Bovendien zijn ze steviger en geven ze meer stabiliteit.
- 5 OSB complex zijn semi-orthopedische schoenen met extra individuele aanpassingen; bijvoorbeeld bij een heel brede voorvoet.
- 6 Pas als de hulpmiddelen van bovengenoemde punten geen optie voor je zijn, gaan we over op maatwerk: orthopedische schoenen (OSA). Dat wil zeggen: we maken schoenen naar jouw wensen die tegelijkertijd volledig afgestemd zijn op jouw voetvorm en voetproblemen.

“

**Samen op zoek
naar de meest geschikte
oplossing”**



Wij zijn Kaptein.
Wij maken schoenen.

Alle oplossingen op een rij

De arts heeft je steunzolen, schoenen of schoenaanpassingen voorgeschreven. Voor ons helemaal duidelijk, maar voor jou waarschijnlijk allemaal nog nieuw. Om inzicht te krijgen in 'wat' nou precies 'wat' is, zetten wij hier alle schoentechnische opties voor je op een rij. We gaan daarbij van laag naar hoog in complexiteit en ondersteuning.

STEUNZOLEN OF INLAYS

Steunzolen worden ook wel inlays, supplementen of orthopedische voetbedden genoemd. Een relatief eenvoudige manier om veel voetproblemen op te lossen. Steunzolen gebruik je in de schoenen die je dagelijks draagt. Wel fijn als die een uitneembare binnenzool hebben, zodat voldoende ruimte ontstaat voor de steunzolen.

We kunnen steunzolen in diverse uitvoeringen maken: afgestemd op het type schoen en uiteraard individueel op maat, passend bij het voetprobleem.



Tip!

Steunzolen en OVAC werken het beste met goede schoenen. Wat een goede schoen is? Kijk op pagina 48/49.

AANPASSINGEN

AAN CONFECTIESCHOENEN

Deze voorziening wordt in ons vak meestal afgekort naar OVAC: Orthopedische voorziening aan confectieschoenen.

We gaan dus uit van je eigen schoenen. De aanpassing bestaat vaak uit een steunzool in combinatie met een aanpassing aan de schoen. Meest voorkomende aanpassing is een afwikkelvoorziening. Dat is een extra rollende laag onder de zool van de schoen, bijvoorbeeld om een pijnlijke grote teen of voorvoet te ontlasten. Ook verhogingen en schachtaanpassingen zijn vormen van OVAC.



SEMI-ORTHOPEDISCHE SCHOENEN

De afkorting voor deze schoenen is OSB. Dit staat voor 'orthopedische schoenen type B'. Dat zijn schoenen die in een schoenfabriek worden gemaakt, maar die voldoen aan de eisen van het branchekeurmerk. Ze bieden meer stevigheid en kennen een groter pasvormbereik dan gewone confectieschoenen. We kunnen er waar nodig bovendien – net als bij OVAC – extra aanpassingen aan doen. De collectie OSB wordt steeds uitgebreider en moderner, zodat er voor iedereen volop keuze is.

OSB-COMPLEX

OSB-complex zijn semi-orthopedische schoenen, waar individuele aanpassingen al in de fabriek aan gedaan kunnen worden. Wij geven de fabrikant dan specifiek aan welke aanpassingen gewenst zijn. Denk aan meer ruimte voor een brede voorvoet, hamertenen of hallux valgus knok. Zo krijgt de OSB-collectie een nóg groter pasbereik. De collecties zijn gelijk aan die van de reguliere semi-orthopedische schoenen.



Foto: OSA schoen

ORTHOPEDISCHE SCHOENEN

Wanneer het voetprobleem groter wordt, bijvoorbeeld door grotere (stands)afwijkingen of wanneer meer ondersteuning nodig is, kan een volledig op maat gemaakte schoen uitkomst bieden. De meest gebruikte afkorting is hier OSA: Orthopedische schoenen type A. Binnen OSA maken we nog onderscheid in hoogte en stevigheid. In samenspraak met de specialist wordt bepaald welke oplossing het best past bij de klant en het voetprobleem. Bij OSA heb je grote vrijheid in modelkeuze. Aan de hand van ons modellenboek (www.schoenmodel.nl) of met jouw zelf meegebrachte modellen en de uitgebreide kleurenwaaier stellen we geheel naar jouw eigen smaak en kleurwensen een model samen.

VLOS

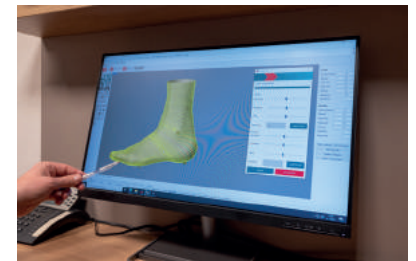
VLOS is de afkorting van voorlopige orthopedische schoen. Dit is een veelal viltten schoen die in korte tijd gemaakt kan worden. Hij is bedoeld om te gebruiken tijdens een revalidatietraject of bij een wond aan de voet, waarbij het wenselijk is dat de patiënt mobiel blijft. Deze tijdelijke schoen wordt meestal opgevolgd door OSA, als revalidatie en/of herstel voldoende succesvol zijn.



DIGITALE TECHNIEKEN

Hoewel ons vak nog bol staat van ambachtelijkheid, kunnen ook wij inmiddels niet om digitale technieken heen. Zowel in het aanmeet- als het productieproces zien we de afgelopen jaren veel ontwikkelingen. Veel ervan hebben we uitgebreid getest of zijn we aan het ontwikkelen. Vaak met succes, maar soms blijkt het ambachtelijke voorlopig de voorkeur te houden. Kwaliteit blijft tenslotte altijd het uitgangspunt.

De ontwikkelingen gaan snel en we volgen ze op de voet. Daar waar nuttig in het proces én uitsluitend als de kwaliteit even goed of beter is, zullen we kiezen voor digitale technieken.



Het oog wil ook wat

Je wilt het liefst op leuke of mooie schoenen lopen. Wij zeggen: geen probleem. Want het oog wil ook wat.

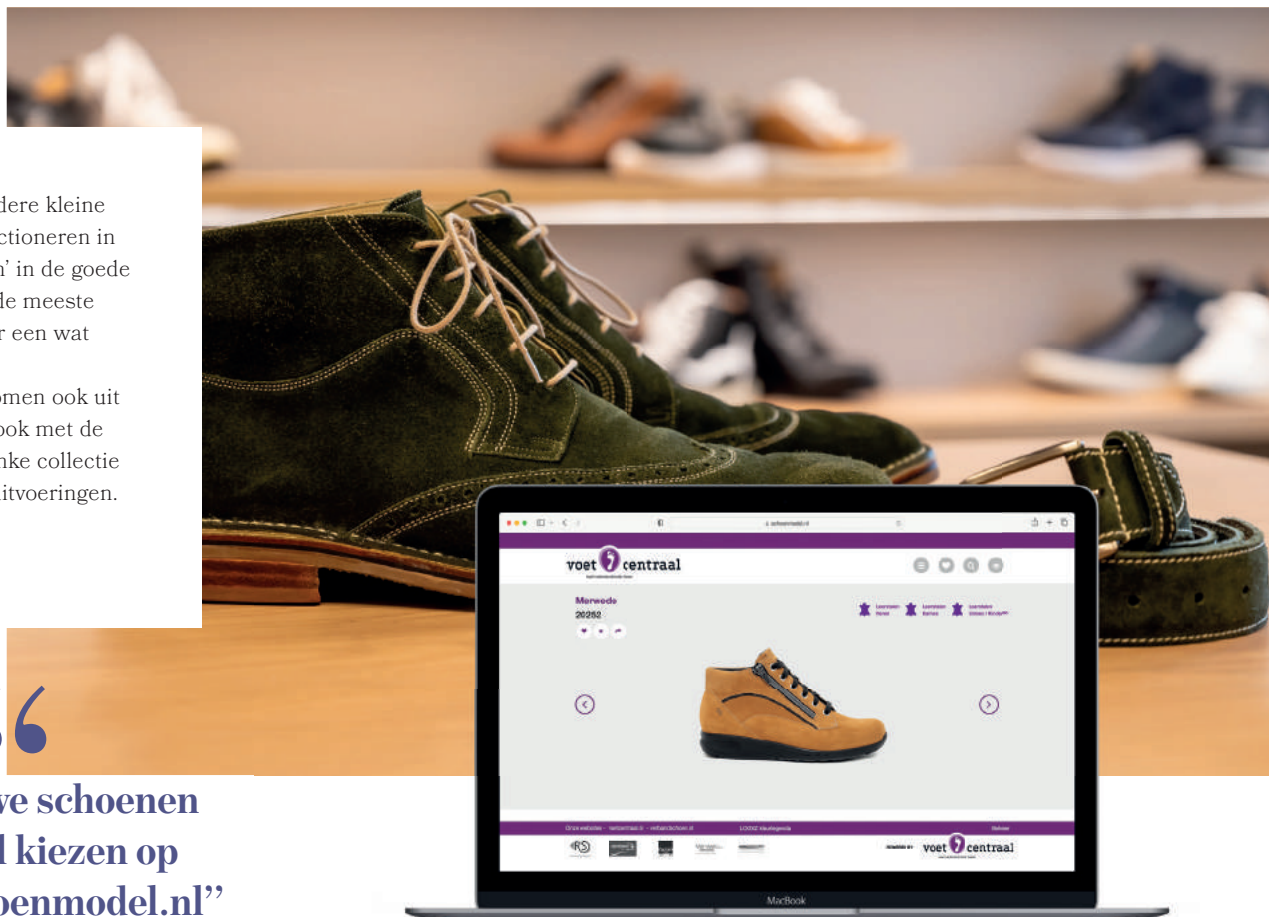
S teunzolen, voetbedden of andere kleine hulpmiddelen passen én functioneren in heel veel schoenen die je ‘gewoon’ in de goede schoenwinkel koopt. Ook dus in de meeste sneakers. Al moet je dan wel voor een wat steviger kwaliteit kiezen. Semi-orthopedische schoenen komen ook uit de confectiefabriek en gaan dus ook met de mode mee. Bij ons vind je een flinke collectie passchoenen in vele kleuren en uitvoeringen.

De keuze is reuze.

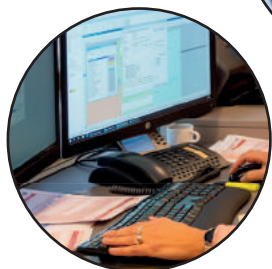


“
Je nieuwe schoenen
thuis al kiezen op
www.schoenmodel.nl”

Ook de maatwerkschoen moet vanzelfsprekend gezien mogen worden. Een mooi hulpmiddel bij je keuze is www.schoenmodel.nl. Die website volgt de mode op de voet. Je maakt er eenvoudig een keuze uit de voorbeeldmodellen die voor jouw voeten geschikt zijn en die je mooi vindt. Dat kun je ook op je gemak al thuis doen. Daarna kies je het soort leer en de kleur. Er is oneindig veel keuze. Onze schoenmakers maken dat model dan zo mooi mogelijk (en dus tot in de kleinste details) na op jouw eigen leest. Het resultaat is levensecht en verbluffend mooi.



HET HELE PROCES IN 6 STAPPEN



Stap 1

Je hebt een verwijzing van de medisch specialist. Wij maken een afspraak voor onze locatie in Noordwijkerhout of in Heemstede.



Stap 2

Tijdens je eerste bezoek bespreken we jouw voetproblemen, je verwachtingen en de mogelijkheden. Vervolgens maken we gipsafdrukken, scannen je voet en nemen de juiste maat op.



Stap 3

Terwijl je je thuis al via www.schoenmodel.nl oriënteert op de mogelijkheden, gaan wij aan de slag met het maken van de leesten, voetbedden en doorzichtige kunststof passchoenen.



Stap 4

Bij de tweede afspraak pas je de kunststof schoenen. Soms blijkt een kleine aanpassing nog nodig. Tijdens deze afspraak maken we ook de definitieve keuze voor model en kleur. Soms passen we een tweede keer.



Stap 5

Onze ambachtelijke vakmensen doen de laatste aanpassingen en vervaardigen je schoenen die ze voor jouw voeten precies de juiste schachten, voorzieningen en onderwerken geven.



Stap 6

De schoenen zijn klaar! Je komt ze passen en wij vertellen hoe je ze het beste kunt inlopen. En we maken een controle-afspraak om samen het gebruik van je schoenen te evalueren.

ONZE MEDEWERKERS

Kaptein Orthopedie werkt met trouwe en betrokken medewerkers. Op deze pagina's een kennismaking met enkele leden van ons mooie team.



DIANA VAN DER ZEEUW

Receptioniste en administratief medewerkster. Woont in Leiden, is getrouwd en moeder van 2 kinderen

'Op zoek naar een nieuwe uitdaging kwam ik in 2018 in contact met Kaptein. Leuk, want het vak kende ik nog van mijn opa die ook schoenmaker was. De goede sfeer en het compacte

team bevielen me meteen. Het eigenlijke werk gebeurt natuurlijk bij de behandelaars en in de werkplaats, maar daaromheen organiseren en regelen wij hier van alles. Ook voor de klanten. Echt fijn om samen voor een goede dienstverlening te kunnen zorgen.'



RENÉ VENDEL

Orthopedisch schoentechnicus/ behandelaar. Getrouwd, vader van 3 kinderen, woont in Amersfoort

'De meeste dagen werk ik als behandelaar in de paskamers, maar ik mag ook nog steeds graag in de werkplaats met het echte ambacht bezig zijn. Al sinds mijn 18e zit ik in het vak. Handig dat ik mijn technische kennis kan inzetten bij het aanmeten. Je ziet vaak meteen al welke mogelijkheden er zijn om iemands probleem op te lossen. Een blijde en tevreden klant is het allermooiste. Voor mij echt de moeite waard om dagelijks naar Noordwijkerhout te komen.'

JOLANDA VAN DER VEEK

Receptioniste en administratief medewerkster. Is getrouwd en woont in Noordwijkerhout

'Ons receptiewerk is niet alleen leuk en afwisselend, maar ook heel dankbaar. Je bent het eerste aanspreekpunt voor mensen en helpt hen verder. Maar geregeld moet je iemand ook geruststellen door te laten zien dat orthopedische schoenen echt niet zo lomp meer hoeven zijn als vroeger. Sinds een paar jaar draag ik ze zelf; ik laat ze graag zien. Vertel dan dat ik er heel blij mee ben en dat ik ze eigenlijk jaren eerder had moeten aanschaffen...'



DIRK RIJSDAM

Orthopedisch schoentechnicus. Woont in Leiden, vader van 2 meisjes en 1 jongen, heeft 5 kleinkinderen en een relatie.

‘Sinds 2009 werk ik bij Kaptein, maar ik ben sinds mijn 17e in dit vak werkzaam. Dit is een prima organisatie. Er zijn bedrijven die het minder nauw nemen met de kwaliteit van het werk. Die doen het even ‘snel, snel’ en dan moet het maar goed zijn. Hier doen we het nog steeds zoals ik het ooit geleerd heb. Wat ik echt mooi vind, zijn de ‘zware’ gevallen. Door mijn ruime ervaring word ik daar altijd bij betrokken. Het is geweldig om mensen te begeleiden en weer te laten lopen.’



THIJS VAN PARIDON

Orthopedisch schoentechnicus (ten tijde van dit interview nog in opleiding). Heeft een vriendin, woont samen in Sassenheim.

‘Wim Kaptein is mijn oom. Zijn werk sprak me aan. Al van jongs af aan was voor mij duidelijk dat ik ook dit vak in zou gaan. Mooi om met je handen bezig te zijn en tegelijkertijd mensen zo goed mogelijk te laten lopen. Op school krijg je veel theoretische kennis bijgebracht; de praktijk – dat vind ik toch het leukst – leer je vooral op je werk. In de werkplaats én in de paskamers heb ik daarvoor heel goede en ervaren leermeesters.’

EDWIN BRANDS

Orthopedisch schoentechnicus/behandelaar. Is getrouwd, heeft een zoon en een dochter, woont in Hoofddorp.

‘Ik was een jaar of 20 toen ik in dit werk begon, maar ik vind het nog

steeds erg leuk. Iemand lekker laten lopen, blijft onze uitdaging. Net als: zorgen dat een schoen goed bij iemand past. Mensen die hier voor het eerst komen, hebben vaak geen idee wat ze moeten kiezen. In de paskamer adviseren wij graag over de technische mogelijkheden én de cosmetische kant.



“
Aandacht voor
voeten én mensen”

Tip!

Maak schoenen altijd stevig vast. Dat voorkomt dat de voet naar voren schuift en drukplekken op bijvoorbeeld tenen geeft. Dat doe je het best door je hiel goed achterin de schoen te houden en de veters van onder tot boven stevig aan te rijgen. Goed veteren is óók van belang als je ritsen naast de veterbies hebt!

Tip!

Kiezen is vaak moeilijk. Zeker als er – zoals bij schoenen – veel keuze is. Handig dus om thuis vast op je gemak te kijken naar de mogelijkheden. Dat doe je op www.schoenmodel.nl. Daar vind je honderden voorbeelden van confectieschoenen die na te maken zijn als maatschoenen voor jouw voeten. Staat je keuze er niet bij, neem dan gerust een foto mee van de schoen die jij wilt. We bespreken samen de mogelijkheden. Bijna alles is mogelijk. Het kan echter zijn dat op sommige modellen een kleine meerprijs van toepassing is.



Terug in de tijd

OVER DE HISTORIE VAN KAPTEIN

1985: Na zo'n elf jaren actief te zijn geweest in de 'Anna-Kliniek voor Orthopaedie' te Leiden, gaat Jan Kaptein samen met zijn vrouw Marja aan de Victoriberg in Noordwijkerhout van start met Kaptein Orthopedie. Elf jaar later behaalt zoon Wim ook het diploma Orthopedische Schoentechnicus; hij wordt mede-eigenaar. Het succes van de praktijk maakt verhuizing naar Zeestraat 93a – nog altijd ons adres – noodzakelijk. Daar lanceren we ook onze allereerste website. We zijn er op dat moment uniek mee in de branche...

MEER BEKENDHEID

In 2001 komt Wim's partner Dorine in de zaak. Eerst werkt ze alleen administratief en ondersteunend. Later behaalt ook zij diverse vakdiploma's. Langzaam maar zeker krijgen we meer bekendheid en kunnen we verder uitbreiden. Samenwerking met collega's in Voetcentraal leidt tot waardevolle effecten bij

1985

17 mei 1985. Start van Kaptein Orthopedie door Jan en Marja Kaptein.

1996

Wim Kaptein mede-eigenaar na behalen diploma orthopedisch schoentechnicus.

1998

Verhuizing naar Zeestraat.

2005

Eerste stappen in digitaal leesten maken.

2008

Samenwerking met Voetcentraal.

2010

Door Z&Z uitgeroepen tot beste in de regio.



onder meer inkoop, opleiding en onderhandelingen met zorgverzekeraars. Als we in 2010 ons 25-jarig bestaan vieren, krijgen we een prachtig geschenk: Zorg & Zekerheid (Z&Z) roept ons uit tot het beste orthopedisch schoentechnische bedrijf in de regio.

In 2010 is eveneens de eerste voetenpoli een feit. Het is het begin van een intensieve samenwerking met de orthopeden van het Spaarne Gasthuis. Een belangrijke stap die lijnen korter maakt en keuzes beter, efficiënter, doeltreffender. Alle betrokken partijen – de patiënt niet in de laatste plaats – hebben er nog altijd veel profijt van.



SCHOENMODEL.NL

Als Jan en Marja zich in 2014 terugtrekken uit de zaak, komt Kaptein Orthopedie in handen van Wim en Dorine. Enkele jaren na een verbouwing, uitbreiding en herinrichting van het pand vierten we in 2015 ons 30-jarig bestaan. In dat jaar lanceren we ook de website **schoenmodel.nl** die het voor onze cliënten mogelijk maakt thuis alvast een keuze uit de modellen te maken.

In 2018 breiden we ons spreekuur in het Spaarne Gasthuis in Heemstede uit; we hebben er een dagelijks spreekuur op een vaste plek en in eigen kamers. Het is inmiddels een volwaardige tweede vestiging geworden.



IN GOEDE HANDEN

Tevreden en trouwe cliënten zijn het beste bewijs dat we ons vak nog altijd verstaan. Elders in dit magazine komt een aantal van hen aan het woord. Met een mooi en vast team staan we dagelijks klaar voor iedereen die een voetprobleem heeft. Ambachtelijke specialisten, dat zijn we. Daarom zeggen we niet zonder trots: Jouw voeten zijn bij ons in goede handen.



2014

Jan en Marja trekken zich terug. De zaak, wordt overgenomen door Wim en Dorine.

2015

Viering 30-jarig bestaan en lancering van www.schoenmodel.nl.

2018

Uitbreiding vestiging Heemstede met 2 vaste behandelkamers, waar we de hele week aanwezig zijn.

WE DOEN HET NIET ALLEEN



‘Ieder zijn vak’, vinden ook wij. Om jou optimaal van dienst te zijn, werken we dan ook nauw samen met andere deskundigen. Een overzicht:

Spaarne  Gasthuis

SPAARNE GASTHUIS

Hoe eerder we bij het oplossen van jouw probleem betrokken zijn, hoe beter het is. Zo hebben we met de specialisten van het Haarlemse en Hoofddorpse Spaarne Gasthuis de afspraak dat we bij het voetensprekuur aanwezig mogen zijn. Dat is in het belang van alle partijen. Samen met de patiënt inventariseren we de medisch verantwoorde mogelijkheden. Het maakt bovendien dat we in het vervolgproces sneller en efficiënter kunnen werken én afstemmen. Elders in dit magazine lees je meer over deze unieke samenwerking met voetspecialisten Prof. Dr. P. Nolte, D. Vergroesen en B. Schutte.

“

Samen zijn we sterker”

ALRIJNE ZIEKENHUIS

Ook de afdeling Orthopedie van het Alrijne Ziekenhuis in Leiden en Leiderdorp vertrouwt ons met regelmaat haar patiënten toe. De orthopeden die hier de specialisatie 'voet en enkel' hebben, zijn: W. van Laar, M. Kroon, M. Morssinkhof en W. Eilander.



MKV – MEDISCHE KLINIEK VELSEN

Relatief nieuw, maar in de regio al goed bekend als onder meer orthopedische kliniek. Daar waar nodig vertrouwen de orthopeden aldaar graag hun patiënten aan ons toe.



PODOTHERAPEUTEN

Voetverzorging en wondbehandeling bij mensen met diabetes of huiddefecten door neuropathie zijn het werkterrein van podotherapeuten. Bij sommige zorgverzekeraars mogen podotherapeuten ook naar ons verwijzen voor (semi-) orthopedische schoenen. Waar nodig steken we de koppen bij elkaar. Hun behandeling en onze producten stemmen we zodoende perfect af. Resultaat: optimale zorg voor jou.

Monique Schellingerhout

Monique Schellingerhout is een podotherapeut met wie we graag samenwerken. Haar werk is aanvullend op wat we bij Kaptein allemaal doen. 'Het is eigenlijk een wederzijdse samenwerking,' vertelt Monique. 'Mijn kennis en expertise kan van belang zijn als mensen blijvend last hebben van likdoorns of standafwijkingen van tenen. Maar ook ben ik gespecialiseerd in voetproblemen die mensen met reuma of diabetes ondervinden. Ik kan dan bijvoorbeeld een orthese maken die de druk op de pijnlijke plek vermindert. Bij Kaptein vragen ze op dat vlak vaak mijn mening, advies en hulp. Dat doe ik andersom bij hen als het om aanpassingen in schoenen gaat. Want daar zijn zij weer heel goed in. We zien elkaar geregeld, de communicatielijnen zijn kort en we begrijpen elkaar goed. Zo werken we samen aan dat ene doel: onze cliënten plezierig én pijnloos laten lopen.'

VOETCENTRAAL

In Voetcentraal werken we samen met 5 vakgenoten in Nederland. Niet alleen omdat we samen sterker staan, maar ook om kennis en faciliteiten met elkaar te delen. En we organiseren gezamenlijk opleidingen en bijscholing. Je vindt de naam Voetcentraal dan ook op een aantal van onze uitingen. Het maakt alles bij elkaar dat we professioneler kunnen werken en dat we meer en kwalitatief betere aandacht aan jouw voet- en loopprobleem kunnen besteden.



ZORGINSTELLINGEN

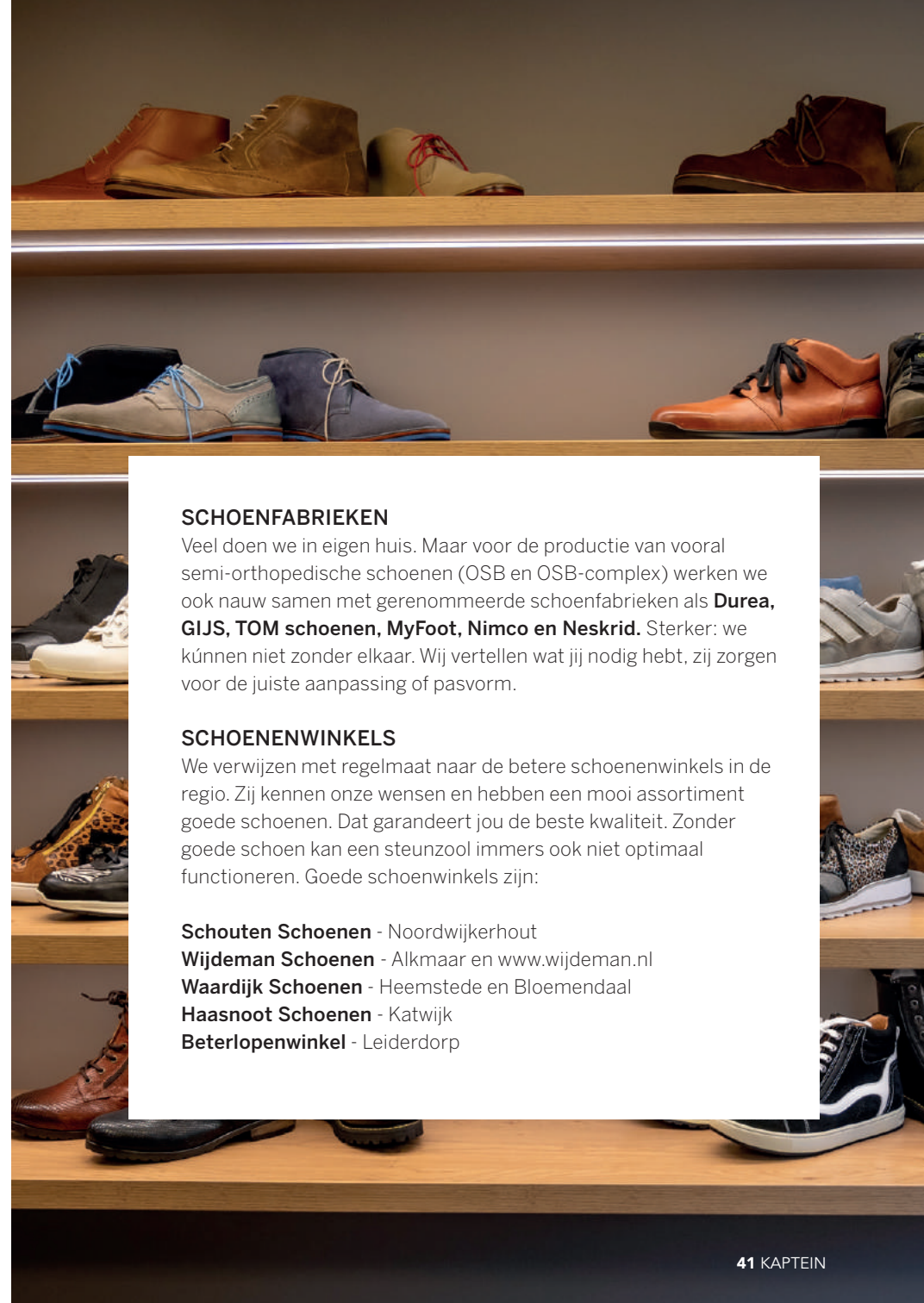
Van de volgende zorginstellingen zijn wij samenwerkingspartner:

Ons Tweede Thuis

Zorginstelling voor mensen met een lichamelijke of verstandelijke beperking. Onze locatie in Heemstede is hier gevestigd. Het pand zal in de komende jaren een drastische metamorfose ondergaan, waarna er onder meer ook dagbesteding aan cliënten van Ons Tweede Thuis wordt geboden.

Marente Ledenservice

Onderdeel van Marente waar leden elkaar ontmoeten, cursussen volgen en gebruik maken van een groot aanbod diensten en kortingen.



SCHOENFABRIEKEN

Veel doen we in eigen huis. Maar voor de productie van vooral semi-orthopedische schoenen (OSB en OSB-complex) werken we ook nauw samen met gerenommeerde schoenfabrieken als **Durea, GIJS, TOM schoenen, MyFoot, Nimco en Neskrid**. Sterker: we kunnen niet zonder elkaar. Wij vertellen wat jij nodig hebt, zij zorgen voor de juiste aanpassing of pasvorm.

SCHOENENWINKELS

We verwijzen met regelmaat naar de betere schoenenwinkels in de regio. Zij kennen onze wensen en hebben een mooi assortiment goede schoenen. Dat garandeert jou de beste kwaliteit. Zonder goede schoen kan een steunzool immers ook niet optimaal functioneren. Goede schoenenwinkels zijn:

Schouten Schoenen - Noordwijkerhout
Wijdeman Schoenen - Alkmaar en www.wijdeman.nl
Waardijk Schoenen - Heemstede en Bloemendaal
Haasnoot Schoenen - Katwijk
Beterlopenwinkel - Leiderdorp

A person wearing blue shorts and brown hiking boots is walking on a path covered in pine needles. A black and white dog is walking alongside them, attached to a green leash. The background is a dense forest with tall trees.

Tip!

Neem altijd de tijd om nieuwe schoenen of steunzolen rustig en volgens een opbouwend schema in te lopen. Volg hiervoor de instructies die je bij iedere levering van ons meekrijgt.

Tip!

Tijdens het dragen trekt vocht in het leer van een schoen. Je doet er daarom goed aan schoenen steeds een dagje 'rust' te gunnen. Het vocht kan dan verdampen; de vochtigheidsgraad van het leer herstelt zich. Dat houdt schoenen langer mooi en goed! Om deze reden vergoeden zorgverzekeraars na drie maanden altijd een wisselpaar.



“
Goed, doordacht
en compleet advies”

De beste resultaten door samenwerking met orthopedisch chirurgen

COMPLEET ADVIES DANKZIJ

VOET- EN ENKELPOLI

Voet- of loopproblemen? Daar wil je vanzelfsprekend zo snel mogelijk van af. En dat gaat natuurlijk het allerbeste als je een goed, doordacht én compleet advies krijgt. Dat is het geval bij de Voet- en enkelpoli (kortweg: Voetenpoli) in het Spaarne Gasthuis. Wij zijn daar wekelijks drie tot vier keer aanwezig bij het spreekuur van de gespecialiseerde orthopedisch chirurgen Prof. Dr. Peter Nolte, Diederik Vergroesen en Bernard Schutte. ‘Een echte meerwaarde’, vindt het drietal.

‘Die samenwerking werkt perfect en we vullen elkaar mooi aan’, zegt Nolte. ‘Want er zijn bij voetproblemen doorgaans twee mogelijkheden: opereren óf een - zoals we dat noemen - conservatieve oplossing zoeken. Dat wil zeggen: met fysiotherapie, medicatie, leefstijlaanpassingen of een schoentechnische oplossing. In een eerste consult willen we patiënten een volledig beeld geven van de aandoening en de mogelijke behandelingen. Deze zijn heus niet altijd chirurgisch, zoals de meeste mensen verwachten van een orthopedisch chirurg. Gaat de pijn weg door een niet-operatieve behandeling, dan kan een operatie vaak zelfs achterwege blijven.’



Peter Nolte



Diederik Vergroesen

Ook Diederik Vergroesen vindt de samenwerking waardevol. En, zo zegt hij, het past ook heel goed in het streven van de gezondheidszorg om beslissingen altijd samen met de patiënt te nemen. ‘Dankzij de voetenpoli kan hij of zij veel beter een keuze maken die ook nog eens verantwoord is. Wij kijken vanuit de chirurgisch-orthopedische visie en stellen de diagnose. Vervolgens laten we weten wat operatief en niet-operatief mogelijk is en hoe iemand zelf aan genezing kan bijdragen. Wim Kaptein of één van zijn collega's is een vast onderdeel van het ‘voetenteam’ en vertelt wat de mogelijkheden zijn met schoenen, schoenaanpassingen, steunzolen et cetera. We hebben een groot vertrouwen in hun kennis en ervaring op dat gebied.’

‘SCHOEN KAN UIT, OPERATIE NIET’

Natuurlijk, er kunnen harde indicaties zijn om direct te opereren, maar de drie specialisten hebben daar echt niet altijd per se een voorkeur voor. Bernard Schutte: ‘Mijn credo is: een schoen kun je uittrekken, een operatie niet. Gescheurde pezen helen vanzelfsprekend niet in een schoen. Maar er zijn ook veel gevallen waarin je het liever eerst in de conservatieve oplossingen zoekt. Of waarin je verwacht dat juist een combinatie het meeste effect zal hebben. Het is dan fijn om te kunnen overleggen. Door er samen naar te kijken, maak je precies de juiste afwegingen.’

WEKELIJKS OVERLEG

De samenwerking binnen de voetenpoli is van toegevoegde waarde voor alle betrokken partijen. Nolte: ‘De schoenmaker kijkt mee naar de foto's en MRI-scans en kent zo het hele verhaal. We zien elkaar meer malen per week en kunnen – anders dan bij het traditionele spreekuur voor arts en patiënt – ook steeds terugkoppelen en evalueren...’. ‘En dat is geen eenrichtingsverkeer’, vult Vergroesen aan. ‘Als ze bij Kaptein zien dat er ondanks het inzetten van de juiste hulpmiddelen toch problemen blijven, kunnen zij de patiënt ook eenvoudig naar ons terugverwijzen. Voor hem of haar het bewijs dat er nooit zomaar iets gebeurt zonder dat de dokter ervan weet.’

RAZEND POPULAIRE POLI

Of hun orthopedische voetenpoli uniek is in Nederland, durven de drie specialisten niet te zeggen. Wat ze wel zien, is dat het fenomeen razend populair is. Niet alleen bij patiënten, maar ook bij huisartsen. Die hoeven niet te kiezen naar wie ze doorverwijzen, maar krijgen op één plek het hele verhaal. Schutte: ‘Ook als uiteindelijk de voorkeur uitgaat naar een andere orthopedisch schoenmaker. Want niemand is na een bezoek aan de Voetenpoli verplicht om met Kaptein verder te gaan. Al doen de meeste patiënten uit de regio dat natuurlijk wél.’



Bernard Schutte

WAT ZIJN GOEDE SCHOENEN?

Goede schoenen zijn belangrijk. Zeker als je voetproblemen hebt. Maar wat is nou een goede schoen? Dat kan per persoon verschillen. Al kunnen we natuurlijk best wat algemene tips geven voor het geval je steunzolen of aangepaste schoenen (OVAC) gaat dragen.

HIELOMSLUITING (CONTREFORT)

- Goed stevig, niet gemakkelijk in te knijpen
- Goede aansluiting om de hiel
- Voldoende hoog om uitslippen te voorkomen

VOETBED

- Een uitneembare binnenzool, waardoor voldoende ruimte is voor de steunzool

HAKKEN EN ZOLEN

- Voor dames:
Hakhoogte 2 tot 3 cm
- Voor heren:
Hakhoogte 1,5 tot 2 cm
- Brede hak i.v.m. stabiliteit
- Bij diabetes, reuma en hielpijn: Dempend materiaal

SLUITING

- Veter- of klittenbandsluiting voor een goede fitting
- Liefst halfhooft i.v.m. een betere drukverdeling en fitting

MATERIAAL

- Leer i.v.m. goede ventilatie
- Bij diabetes, reuma en drukplekken:
Geen naden in het voorblad; zacht en soepel leer

BREEDTEMAAT

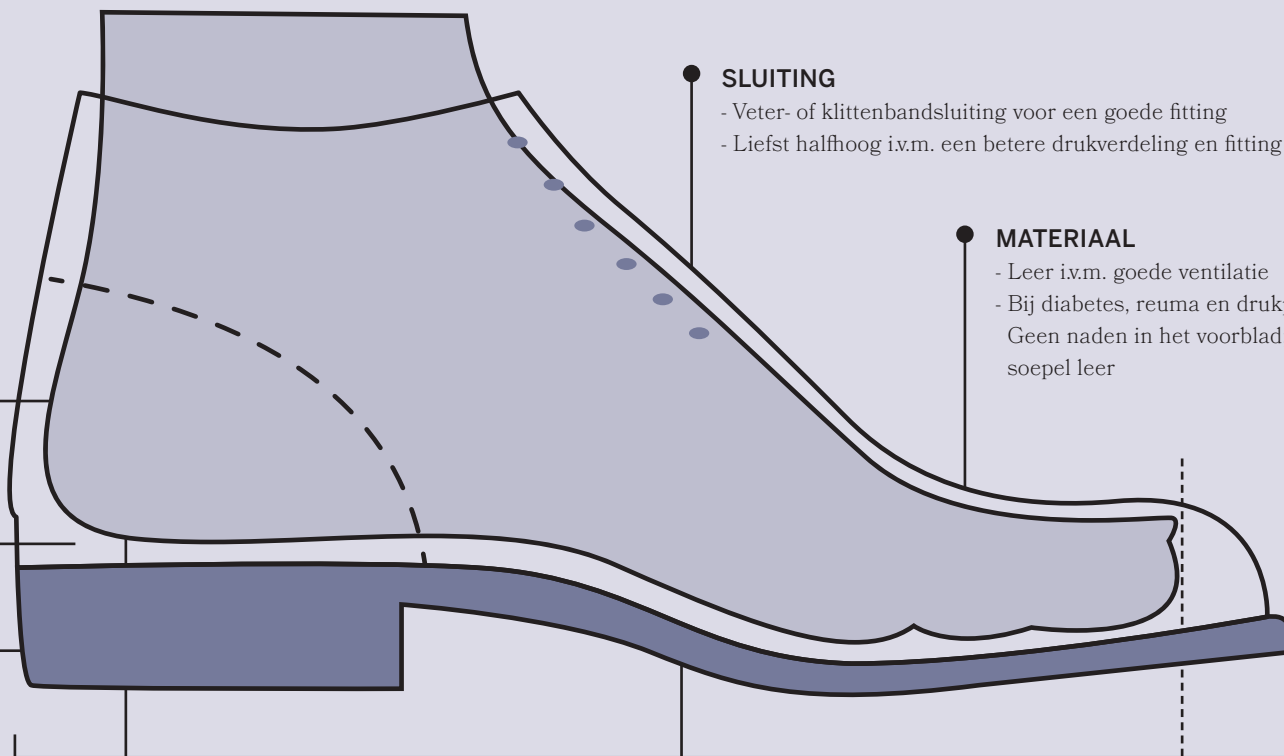
- Goed sluitend om de hiel
- Voorvoet en tenen zitten niet te strak

STEVIGHEID

- Weinig torsie (je kunt de schoen niet als een wikkeltje verdraaien)

LENGTEMAAT

- 1 tot 1,5 cm ruimte (lengtetoegeeft) vóór de langste teen



Meer advies nodig? We zijn je graag van dienst.

OVER WERK- EN ORTHOPEDISCHE HULPMIDDELEN

HET UWV VERGOEDT WERKSCHOENEN

Het UWV wil mensen in het werkproces houden. Niet zo vreemd dus dat die organisatie vaak ook financiële ondersteuning biedt als je steunzolen of andere orthopedische hulpmiddelen nodig hebt. Dat geldt vooral als je voor jouw werk specifiek schoeisel gebruikt, zoals veiligheidsschoenen. Maar soms ook in andere situaties. Eigenlijk in alle gevallen waarin het niet mogelijk is om gewone dagelijkse schoenen te dragen. Je vraagt de schoenen aan via het UWV. Zie je op tegen de aanvraagprocedure? Geen nood! Wij helpen je graag op weg.



LET OP!



ALS JE STEUNZOLEN GEBRUIKT IN VEILIGHEIDSSCHOENEN

Veiligheidsschoenen zijn er om je voeten te beschermen tegen ongelukken op de werkvloer. Om dat effect te behouden, moet je steunzolen dragen die in combinatie met jouw veiligheidsschoenen gecertificeerd zijn. De Inspectie SZW (arbeidsinspectie) en de verzekeraars eisen dat. Bij Kaptein maken we die gecertificeerde steunzolen; via het UWV is in de meeste gevallen een vergoeding beschikbaar.

ONDERHOUDSTIPS VOOR JE SCHOENEN



Voor alle schoenen geldt dat ze langer meegaan en mooi blijven als je ze goed onderhoudt. Daar hoeft je niet voor gestudeerd te hebben, maar een paar tips zijn zeker handig:

SCHOENPOETSEN, ZO DOE JE DAT

Het klinkt misschien vreemd, maar over schoenpoetsen bestaan veel misverstanden. Zo doe je het goed: Kies de juiste kleur schoen crème, breng dat met een zachte doek aan en poets het direct met een borstel uit. Blijf poetsen tot de schoen weer gaat glimmen.

Let op: Het is het beste om zo weinig mogelijk crème te gebruiken. Dat voorkomt dat de poriën van het leer verstopen, terwijl dat juist moet kunnen ademen. Heb je per ongeluk toch te veel crème aangebracht, haal dat er dan met een schone doek af.

REPARATIE OF VERNIEUWEN?

Schoenen slijten. Dat komt door regelmatig gebruik. Je voetprobleem kan dat proces zelfs mogelijk versnellen. Vernieuwen kan, maar repareren is vaak ook heel goed mogelijk. Wil je lang en optimaal profijt van je schoenen hebben, kom dan tijdig bij ons langs. Dat we verder kijken dan de reguliere schoenmaker, spreekt voor zich. Ook het voetbed en de aanpassingen kunnen we weer als nieuw maken.

Tip 1

Zijn je schoenen nat en wil je ze snel drogen, doe er dan een prop krantenpapier in. Dat zuigt het vocht op. Zet natte schoenen in elk geval nooit bij een warmtebron. Het leer droogt dan uit en kan gaan plooiën of scheuren.

Tip 2

Vlekken op gladde leren schoenen kun je afnemen of wegborstelen. Bij suède en nubuck lukt dat vaak niet. Door de open structuur van die stoffen trekken vloeistoffen er snel in. Om die te behandelen zijn diverse producten op de markt. We adviseren je er graag over. Maar nóg beter is: voorkom vlekken door je schoenen regelmatig met een vuil- en vochtafwerende spray in te spuiten.

Tip 3

Gebruik om schoenen te poetsen een crème die de kleur van de schoen zoveel mogelijk benadert. Wat oudere schoenen geef je met een tint donkerder net even wat meer karakter.

Tip 4

Haal de veters uit je schoenen voordat je ze poetst. Of gebruik eventueel een kleurloze crème.

Tip 5

Voor suède en nubuck zijn kleur-sprays beschikbaar die de kleur, ophalen. Bovendien verzorgen en beschermen ze het leer.

Tip 6

Ook de leren zoolrand van nette schoenen heeft verzorging nodig. Daar kun je gewone schoencremes voor gebruiken. Kies de juiste kleur en breng met een doek wat crème aan. Laat het kort inwerken en poets dan met een schone doek uit.



“In ons leestenmagazijn hangen duizenden leesten van onze cliënten. Geen voet is hetzelfde; elke leest is uniek.”

Klanten aan het woord



“
Steunzooltjes hielpen niet
meer tegen mijn
voetklachten”

Doorgezakte korte en brede voeten, dat was het probleem van de toen jonge 30-er **Léonie Verver** (1981). ‘Met zooltjes had ik zelf al van alles geprobeerd, maar niets hielp’, zegt ze. ‘Ik werkte toen al in de modewereld, dus van die oubollige orthopedische ‘oma-schoenen’ moest ik niets hebben. Bij Kaptein begrepen ze dat heel goed. Ze hadden bovendien door dat ik een sterke eigen smaak heb. Eerst liep ik op hippe Dr. Martens-achtige kistjes. Nu op kleurrijke sneakers die ik helemaal zelf ontwierp. Leuk dat Kaptein daarvoor openstaat en er een uitdaging in ziet. Het kost ongetwijfeld veel meer tijd om ze te maken, maar ze doen het graag voor me...!’



“
Ook heel fijn: Mijn
werkschoenen worden
volledig vergoed door
het UWV”

Toen ze nog superlange dagen in haar eigen horecabedrijf maakte, kreeg **Yvonne Beck** (1963) plotseling artrose in haar rechter voet. Inmiddels heeft ze een baan bij een benzinestation langs de snelweg. Daar werkt ze weliswaar minder uren, maar loopt en staat ze nog steeds veel. ‘En dat gaat heel goed’, vertelt Yvonne. ‘Hartstikke fijn dus dat Kaptein destijds aanwezig was bij het onderzoek door mijn medisch specialist. Samen bedachten ze dat een wat hogere schoen met enkelversteving voor mij een goed idee zou zijn. Dat bleek te kloppen. En wat óók zo fijn is: de schoenen die ik op mijn werk draag, worden volledig vergoed door het UWV.’



“

Niet van ‘gewoon’ te onderscheiden”



Piet Koelewijn (1949) uit Noordwijkerhout heeft iets met mooie en bijzondere schoenen. Al zolang hij zich kan heugen. De rockformatie KISS was destijds wat dat betreft zijn voorbeeld. Een ernstige vorm van reuma leek eind vorige eeuw echter roet in het eten te gooien. Piet ging steeds moeilijker lopen en moest aangepaste schoenen. ‘Gelukkig bleek het voor Kaptein geen probleem’, zegt hij. ‘Al vanaf het eerste moment maken ze steeds prachtige en moderne schoenen voor me. Fraai leer, opvallende en soms glimmende kleuren, mooie punten..., het kan allemaal. Niet van ‘gewoon’ te onderscheiden, maar ik loop er echt heerlijk op.’

“

Trots op mijn opvallende en mooie schoenen”

‘Opvallend’, zo kun je de schoenen die **Floor Scheepmaker** (1952) doorgaans draagt best noemen. Maar zeker niet omdat het orthopedische schoenen zijn. ‘Daar zie je niks van’, zegt hij. ‘Maar ik vind kleurrijke leersoorten nu eenmaal mooi. Samen met Kaptein stel ik ze samen. Dat is leuk om te doen. Echt fijn dat ik met mijn voetproblemen tóch plezier heb in het kopen van nieuwe schoenen. Als je wilt en durft, is er heel veel mogelijk. Mijn nieuwste paar is bijvoorbeeld blauw met oranje. Ik heb bijpassende veters en ook een broekriem. ‘Wat heeft u mooie schoenen’, zei een dame laatst ineens tegen me. Dan ben je natuurlijk best trots.’





“ Het liefst loop ik op mijn (replica) Nikes Jordan 1 sneakers”

Sid van Kesteren (2004) mist een deel van zijn linker voet. Een aangeboren afwijking. Al op zeer jonge leeftijd kreeg hij aangepaste schoenen. Het schattige 2-jarige ventje van toen is inmiddels een stoere gast. Maar ons is hij door de jaren heen altijd trouw gebleven. ‘Bij Kaptein maken ze vanaf het begin fijne schoenen voor me’, zegt hij. ‘En – ook best belangrijk – het is er altijd gezellig. Ik ben inmiddels uitgegroeid; ze weten precies wat mijn voeten nodig hebben. Elke anderhalf jaar krijg ik twee nieuwe paren. Op dit moment loop ik het liefst op mijn (replica) Nikes Jordan 1 sneakers. Die zijn niet van de echt te onderscheiden. Fantastisch dat dát kan...’



Sid 2006

Sid 2023



“ Meestal kijk ik thuis al in het online-modellenboek”

Een enkelbreuk op haar 50e had **mevrouw Zonneveld-Krabbers** (1951) een blijvend voetprobleem opgeleverd. ‘De chirurg had mijn enkel daarom vastgezet. Daardoor moest ik aangepaste schoenen gaan dragen. Echt heel erg vond ik dat. ...Maar dat bleek al snel onterecht. Bij Kaptein werken ze de aanpassingen helemaal weg in de schoen. En qua model en kleur kan ik steeds kiezen wat ik wil. Meestal kijk ik thuis al via de website in het modellenboek. Samen vullen we dan de details in. In de coronatijd heb ik eens een paar volledig online besteld. Dat was best even spannend, maar zelfs toen was ik heel blij met het resultaat.’



“

Kaptein adviseerde mij mijn voet te laten opereren. Dat hielp!”

Aan een ongeluk had vrachtwagenchauffeur **Ben Kortekaas** (1959) ooit een beschadigde voetzenuw overgehouden. Daardoor was hij steeds schever gaan lopen en was een vergroeiing ontstaan. ‘Eerst probeerde ik het elders, maar dat beviel na verloop van tijd niet meer’, vertelt hij. ‘Over Kaptein had ik goede verhalen gehoord. Daar krijg ik van het begin af aan prima schoenen. Ook adviseerden ze me een operatie te overwegen om mijn voet recht te zetten. Dat hielp flink. Ik heb één paar werkschoenen (volledig vergoed door het UWV) en één paar casuals. De keuze voor kleur en model laat ik graag aan Dorine over. Die heeft er echt veel kijk op.’



“

Je voelt je echt klant bij Kaptein”

Al op haar 40e moest **Petra Brouwer** (1969) aan een nieuwe heup. De operatie verliep echter niet zoals het moest. Haar ene been is sindsdien maar liefst 3,6 centimeter korter dan het andere. Petra: ‘Voor mijn werk loop ik veel. Maar aangepaste schoenen met zooltjes die ik elders aangemeten had gekregen, hielpen niet. Toen ik me bij Wim Kaptein meldde, zag hij meteen wat er mis was. Hij stelde voor echte orthopedische schoenen te maken. Die heb ik nu. Sindsdien kan ik alles weer. En die schoenen zijn nog super mooi ook! Ja, ik ben heel tevreden. Bij Kaptein is niks te gek en ze doen alles voor je; je voelt je er echt als klant behandeld.’



“

Het resultaat overtreft mijn verwachtingen steeds weer!”

Pas 6 jaar oud was **Inge Belfor** (2001) toen ze voor het eerst bij ons binnenstapte. Toen al was bekend dat ze door een probleem aan haar voeten altijd met aangepaste schoenen zou moeten lopen. Ze weet dus niet beter en het is vervelend, maar ze kan ermee leven. ‘Mede dankzij Kaptein’, zegt ze tevreden. ‘Door hen kan ik altijd met de laatste mode mee. Timberland, Adidas, Allstars..., ze hebben het allemaal al voor me nagemaakt. Het resultaat overtreft mijn verwachtingen steeds weer! Nu draag ik Dr. Martens. Ook die zijn weer levensecht; niemand staart me na. En de kleur, die kies ik zelf of – bij keuzestress – samen met Dorine.’



WE SPAREN BLIJE KLANTEN

Jouw zolen, aanpassingen of schoenen worden gemaakt door onze goed opgeleide en gediplomeerde vakmensen. Zij werken veelal achter de schermen. Om hen te laten zien wat hun werk teweegbrengt, hebben we een intern spaarplan. Dat wil zeggen: we sparen blij en tevreden klanten. Hun schriftelijke reacties hangen we op ons speciale prikbord zodat al onze medewerkers er kennis van kunnen nemen en weten waar ze het voor doen. En dat maakt hén dan weer blij en tevreden...!



tip

Ceinturen zijn er in vele kleuren. Kies je een kleur die afgestemd is op jouw schoenen, dan krijgt je outfit een rustige, mooie en stijlvolle uitstraling.

Wie betaalt de kosten?

Als je een verwijzing voor een hulpmiddel hebt gekregen, wil je natuurlijk ook graag weten wat voor jou de kosten zullen zijn. Vallen die binnen je basisverzekering of worden ze vanuit de aanvullende verzekering betaald? En hoe zit het met het eigen risico? Het kan allemaal per verzekering verschillen, maar de meest gebruikelijke regels zetten we hier voor je op een rij:

STEUNZOLEN

Steunzolen worden geheel of gedeeltelijk vergoed vanuit de aanvullende verzekering. In de regel geldt: Hoe hoger je aanvullende polis, hoe beter je vergoeding. Omdat er tientallen verschillende polissen zijn, is niet altijd te zeggen hoeveel er in jouw geval vergoed wordt. Check dit bij je verzekering of vraag ernaar tijdens je afspraak.

Goed om te weten: Steunzolen rekenen we altijd af bij aflevering. De rekening kun je vervolgens insturen naar je verzekering voor (gedeeltelijke) restitutie.



AANPASSINGEN AAN CONFECTIESCHOENEN (OVAC)

Deze voorziening wordt volledig vergoed vanuit de basisverzekering. Een eigen risico is dus altijd van toepassing. De rekening van de schoenaanpassing sturen wij naar je zorgverzekering. Bij aflevering hoef je dus niets te betalen.



EIGEN BIJDRAGE OF EIGEN RISICO, WAT IS HET VERSCHIL?

De eigen bijdrage is een bedrag dat je zelf bijbetaalt aan een paar (semi-)orthopedische schoenen. Het eigen risico is het bedrag dat alle inwoners van Nederland moeten betalen voor zorg uit de basisverzekering. Dus niet alleen voor hulpmiddelen, maar ook voor bijvoorbeeld een bezoek aan het ziekenhuis. Ieder jaar begin je met een schone lei en zal je eerst het eigen risico 'vol' moeten maken, voordat vergoeding plaatsvindt. Dit bedrag is al een aantal jaren 385 euro, maar kan per jaar door de overheid worden verhoogd of verlaagd.

Zie voor actuele informatie de pagina vergoedingen op www.kaptein-orthopedie.nl



DE VERZEKERING EN ONZE PRODUCTEN

De meeste ziektekostenverzekeringen vergoeden (een deel van) de kosten voor aangepast schoeisel. Soms uit het basispakket, soms uit de aanvullende verzekering. Laat geen geld liggen en informeer er eens naar bij je verzekeraar.

NA 3 MAANDEN EEN EXTRA PAAR

Goed om te weten: alle verzekeringen vergoeden na 3 maanden een tweede paar schoenen — het wisselpaar. Door schoenen afwisselend te dragen gaan ze langer mee. Daarnaast is het uiteraard leuk te kiezen voor een andere kleur of model, om af te stemmen bij verschillende outfits.

SEMI-ORTHOPEDISCHE SCHOENEN EN ORTHOPEDISCHE SCHOENEN (OSB, OSB-COMPLEX OF OSA)

(Semi-)orthopedische schoenen worden grotendeels vanuit de basisverzekering vergoed. Je betaalt echter altijd een eigen bijdrage. Het idee daarachter is 'compensatie'. Immers: iedereen moet schoenen kopen. Wie (semi-)orthopedische schoenen draagt, heeft die uitgave dus niet. De overheid stelt hiervoor elk jaar een bedrag vast. Dat is een gemiddelde van de prijs van een paar goede schoenen. Weten hoe hoog de eigen bijdrage dit jaar is? We vertellen het je graag tijdens het maken van de afspraak.

Goed om te weten: Bij sommige verzekeringen betaal je de eigen bijdrage bij aflevering van de schoenen, bij andere verrekent de verzekering het bedrag met je. Sommige polissen hebben een aanvullende vergoeding voor de eigen bijdrage.

Let op: Omdat (semi-)orthopedische schoenen uit de basisverzekering vergoed worden, is het eigen risico van toepassing.

BEROEPSSCHOENEN EN VEILIGHEIDSSCHOENEN

Ben je voor je werk verplicht om veiligheidsschoenen te dragen of maken je werkomstandigheden het niet mogelijk schoenen te dragen die je ook privé draagt? Dan is er grote kans dat het UWV jouw (semi-)orthopedische schoenen vergoedt. Dat geldt ook voor steunzolen in veiligheidsschoenen. Je moet hiervoor wel werknemer zijn. Ben je zelfstandige, dan kun je hier geen aanspraak op maken. Om voor vergoeding in aanmerking te komen, moet je een aanvraag insturen naar het UWV. Dat lijkt misschien lastig, maar wij helpen je daarbij. In een simpele handleiding leiden we je stap-voor-stap door de hele procedure.

Heb je na lezing van het bovenstaande nog vragen? We staan je graag te woord! Je kunt alles ook terugvinden in onze folder 'Vergoedingen'.

Hallux Valgus, Fasciitis plantaris, Metatarsalgie...

HOCUS-POCUS VOOR VELEN

Of je nu steunzolen of orthopedische schoenen krijgt, bijna altijd gaat er een verwijsbrief van de arts aan vooraf. Die verwijzing geeft ons inzicht in de diagnose, ofwel de medische indicatie. Ook is de verwijzing nodig voor vergoeding bij je zorgverzekering.

Een belangrijk document dus. Maar wat staat er nou eigenlijk op? Als het al lukt het vaak onleesbare handschrift van de arts te ontcijferen, dan zijn die termen en afkortingen voor de meeste mensen nog steeds hocus-pocus. Ter verduidelijking lichten we hieronder een paar veel voorkomende termen en afkortingen toe:

HALLUX RIGIDUS

Hal-lux Ri-gi-dus Een stijf grote teengewricht, meestal als gevolg van artrose. Het gewricht is vaak ook aan bovenzijde wat verdikt en kan pijnlijk zijn bij de afwikkeling van de voet.

PES PLANO VALGUS

Pes Pla-no Val-gus (PPV) Ook wel platvoet of plat-knikvoet genoemd. Een voet waarbij de voetboog gedeeltelijk of volledig is ingezakt en de enkel naar de binnenzijde wegzakt.

PES CAVUS

Pes Ca-vus Het tegenover gestelde van een platvoet, namelijk een holvoet. Deze voet heeft een hoge voetboog, waardoor veel druk kan ontstaan op de hiel en de voorvoet. De voet heeft vaak de neiging wat naar buiten te kantelen.

HIELSPOOR

Hiel-spoor Een botwoekering onder het hielbeen, die felle pijn kan veroorzaken. Vaak wordt echter de term hielspoor gebruikt wanneer er in feite sprake is van een fasciitis plantaris, een aandoening van de peesplaat onder de voet.

HALLUX VALGUS

Hal-lux Val-gus (HV) Een veelvoorkomende voetafwijking, waarbij de grote teen scheef groeit en vaak een flinke, drukpijnlijke bult of knok aan de binnenzijde van de voorvoet veroorzaakt.

KORTE AP

Kor-te A-P AP staat voor achillespees. Bij een verkorte achillespees is bijna altijd sprake van een verkorte kuitspier. Door de te korte kuitspier kan een cascade van problemen in de voet ontstaan, bijvoorbeeld omdat er in de enkel een compenserende beweging ontstaat in de afwikkeling.

FASCIITIS PLANTARIS

Fas-ci-i-tis plan-ta-ris Een irritatie van de peesplaat onder de voet, meestal bij de aanhechting onder de hiel. Vaak wordt deze aandoening hielspoor genoemd, terwijl het dat eigenlijk niet is. De irritatie van de peesplaat komt meestal voort uit overbelasting, doorgaans vanwege een inzinking van de voetboog.

METATARSALGIE

Me-ta-tar-sal-gie Dit betekent letterlijk: pijn in de middenvoet. Het is dan ook een verzamelnaam voor midden- en voorvoetpijn, veelal als gevolg van het doorzakken van de voorvoet.

TENDINITIS

Ten-di-ni-tis Een peesontsteking. Pezen zijn het verlengde van een spier en vormen de aanhechting van de spier aan een bot. Door overbelasting van een pees kan een irritatie of ontsteking ontstaan. Overbelasting komt meestal voort uit een verkeerde voetstand, waardoor er te grote trekkrachten aan de betreffende pees ontstaan.



WIJ ZIJN AANGESLOTEN BIJ



COLOFON

Copywriting
PRM praktische communicatie,
Harry Mos

Fotografie
deBeeldredacteur,
Michel ter Wolbeek

Grafisch ontwerp
Sandfort id,
Anneloes Korts

Eindredactie
Dorine Kaptein
©2023



Kaptein Orthopedie

Locatie Noordwijkerhout

Zeestraat 93a
2211 XD Noordwijkerhout

Locatie Heemstede

Händellaan 2a
2102 CW Heemstede

T (0252) 34 04 61
E info@kaptein-orthopedie.nl
www.kaptein-orthopedie.nl