

NASVETI

Zdravih nog naokrog

1. MATERIALI ZA OBUTEV (označevanje obutve)

Glavni sestavni deli obutve so:

- zgornji del
- podloga
- vložek (steljka)
- podplat

Materiali glavnih sestavnih delov obutve so:

- usnje; je splošni izraz za kožo s svojo značilno, bolj ali manj nespremenljivo vlaknato strukturo, ki je strojena, da postane odporna proti razkroju. Usnje je mehko in elastično, zato ga je možno oblikovati.
- krito usnje; je usnje, na katerem debelina vseh površinskih nanosov ne presega ene tretjine debeline izdelka, presega pa 0,15 mm.
- tekstil; tkani ali netkani tekstilni materiali iz naravnih ali umetnih vlaken
- drugi materiali

(priloga: UL RS 2002 Označevanje obutve.PDF)

SESTAVA MIGI OBUTVE:

Za zgornje dele uporabljamo najkvalitetnejša usnja (gladka – napa in boks, brušena – velur in nubuk) izdelana večinoma v Italiji po vseh najvišjih evropskih kriterijih.

Podloga v čevljih je prav tako vedno naravno telečje / svinjsko usnje, večinoma zopet italijanske izdelave.

Anatomsko oblikovan **ortopedski vložek** je sestavljen iz naravno strojenega telečjega usnja oz. BIO usnja, ki ščiti stopalo. In oporniki iz penaste gume, ki vsebujejo 80% zraka in samo 20% lateksa in vulkacitov. Glavna surovina je gumijevo mleko – lateks.

VGRAJENI MEHANSKI AMORTIZACIJSKI ELEMENTI:

- *Mehka petna blazinica:*

Omogoča amortizacijo koraka, daje oporo nogi, razbremenjuje kolke in sklepe v kolenu ter gležnju.

- *Vzdolžna opora:*

Vzdolžna opora podpira vzdolžni lok na nogi, omili bolečine pri ploskem stopalu in tako posredno zavira nastajanje ploskega stopala.

- *Transverzalna opora-prečni dvig:*

Solzica ali pelota je zelo pomembna opora, ki podpira prečni transverzalni lok. Opора omili bolečine prečnih vezi, ki jih čutimo kot bolečino otrplega in nabreklega stopala. Hkrati ugodno vpliva na prekrvavitev noge, fizično sili nožni palec s svojega prostora in zavira rast halux valgusa.

- *Prstna opora:*

Služi za oporo pri hoji. Prstna opora v obliki črke Y, povzroča odmik palca in zavira rast haluxvalgusa.

Podplat je iz materiala PU: Edinstven gosto mikroporozno strukturiran podplat iz poliuretana ponuja odpornost proti drsenju ter fleksibilnost, ki zagotavlja odlično blaženje sunkov pri hoji. Podplat je izredno lahek.

Lastnosti naravnega usnja:

- je prijetno za nošenje, ima pore, zato pravimo, da diha v odvisnosti od vrste dodelave
- se prilaga in prilagaja nogi, pri nošenju daje občutek udobnosti;
- ima lastnost, da veže veliko vlage (> 25 %), zato ne daje občutka mokrosti;
- namenjeno je predvsem za suho vreme;
- večino obutvenega usnja se lahko s posebnimi postopki hidrofobira - usnje postane začasno vodoodbojno (za določen čas, nato spet premoči).

Vrste usnja glede na izdelavo:

	To so različne vrste usnja (telečji, svinjski, goveji), z dodelavami na lični strani usnja. Boks je trpežno usnje, uporabno za vse vrste obutve. Z anilinsko dodelavo usnje ohrani naravni videz (vidne dlačne, luknjice, žile ter nagubanost lica). S kritno dodelavo (nanosom barve ali folije) usnje zaščitimo in mu spremenimo izgled.
Boks	Željen izgled lahko dosežemo tudi z vtiskanjem umetnih vzorcev ali imitacije naravnega lica drugih vrst živali. S "plastik" in lak dodelavo dobi usnje umeten videz. Tako dodelano usnje je trše od anilinskega, manj diha, vendar pa je vodoodporno, zato je pogosto v uporabi.
Napa	Je gladko usnje, izdelano iz telečjih, govejih, svinjskih, kozjih in ovčjih kož. Usnje je mehkejše vrste. Možne so vse vrste različnih dodelav enako kot pri boksu. Uporabljajo jo za izdelavo mehke obutve. Za to vrsto usnja je značilno, da ima vlaknato (brušeno) površino. Izdelujejo ga iz zelo različnih surovin. Brusijo lahko mesno stran kože – velur ali lično stran kože - nubuk. Izdelujejo ga lahko tudi iz stranskih produktov, ki nastanejo pri cepljenju govejih in svinjskih kož (cepljenci).
Usnje z brušeno površino	Izdelki iz usnja z brušeno površino so zelo občutljivi na umazanijo, maščobo in predvsem na vlago, zato so primerni le za suho vreme. Občutljivost tega usnja začasno izboljšamo z uporabo specialnih razpršil (sprejev) za nubuk in velur.

Kaj je to naravno strojeno usnje?

Naravno strojeno usnje je usnje, ki je strojeno z rastlinskimi strojili brez kroma. Glavno strojilo je tanin, ki je popolnoma naraven, saj ga v vsakdanjem življenju najdemo v čaju, vinu (omogoča staranje vina), neolupljenem sadju, čokoladi, pivu... Tanin se najde v lubju in listih pri večini rastlin, vendar za predelavo kož se največ uporabljajo: kostanjev les, hrastov les, lubje mangrova (gram manga), rujevi listi, malet lubje (vrsta evkalipta), kebračo les (značilno južno-ameriško drevo)....

Zakaj je to dobro?

Naravno strojeno usnje je dobro predvsem za to, ker ima zaradi tanina antivirusne, protibakterijske in antiparazitske učinke, zaradi katerega ima vložek tudi po dolgotrajni uporabi manj bakterij kot bi imel navaden vložek. Dobra stvar tega je tudi, da če imate probleme, kot so glivice, bradavice, močan vonj nog ipd, to lahko pomaga pri preprečevanju teh problemov, ker zavira razvoj bakterij.

Kje ga uporabljamo?

Naravno strojeno usnje uporabljamo kot edino usnje za vložke. V vsakem Migi čevlju je vložek iz naravno strojenega usnja, ki je anatomsko oblikovan s pomočjo podpornikov iz upenjenega lateksa, ki so na točno določenih mestih, da nudijo ustrezno podporo stopalu. Mehkoba podpornikov in blag občutek usnja daje občutek kot da bi bos hodili po gozdnih tleh polnih mahu.

2. DOLŽINA in ŠIRINA STOPALA

Za dobro počutje je pomembno, da izberemo čevlje prave velikosti. Oznaka velikosti je natisnjena na embalaži, vtisnjena pa je tudi na podplatu ali/in v notranjosti vsakega čevlja.

Osnova za velikost obutve je dolžina stopala. Pri nas je v veljavi francosko številčenje.

(Na uvoženi obutvi pa najdemo lahko tudi druge merske sisteme, na primer angleškega ali ameriškega).



Opomba: merilni trak ni narisani v merilu in prikazuje le razmerja med dolžino obutve v centimetrih in oštevilčenjem v Franciji (kot pri nas), Angliji in Ameriki.

<http://de.wikipedia.org/wiki/Schuhgr%C3%B6%C3%9Fe>

Kako izbrati pravo velikost?

Izmerite si dolžino stopala v centimetrih, dodajte 0,5 cm (čevljev ne sme tiščati). Prikazani merilni trak pokaže ustrezno številko v drugih merskih sistemih.

*Primer: ženska noga dolžine 24,5 cm pomeni številka 37 v francoskem in številka 4 v angleškem merskem sistemu.
moška noga dolžine 28 cm pomeni številka 42 v francoskem in številka 8 v angleškem merskem sistemu.*

Ko kupujete: zjutraj so noge spočite, popoldne pa se stopala zaradi napora nekoliko raztegnejo. **Zato čevlje praviloma kupujemo popoldan.**

Obutev mora imeti pravilno dolžino in širino. Mladina skoraj ne opazi kadar nosi udobno ali neudobno obutev. Pri starejših nastajajo bolečine stopal v neudobni obutvi, tudi če imajo še zdrava stopala. Pri izbiri obutve upoštevamo: Stopalo se mora kljub modnim zahtevam v obutvi dobro počutiti. Obtok krvi mora biti normalen. V obutvi, ki ustreza stopalom nebo odtiskov, žuljev, kurjih oči in drugih boleznih stopal.

Širinsko številčenje:

Proizvajalci običajno pri izdelavi obutve upoštevajo dimenzije (širino stopala in višino narta), ki jih ima v povprečju populacija na območju, za katerega je namenjena obutev. Le redki izdelujejo obutev v več širinah, za ožja stopala in za širša stopala, ali za stopala z nižjim in višjim nartom.

Širino obutve označujejo z velikimi črkami abecede. Ožje modele označujejo črke A, B, C... za širše stopalo pa so primerni modeli G, H, I,...

*Primer: številka 42 F, obutev za normalno stopalo,
številka 42 G za široko stopalo,
številka 42 H za zelo široko stopalo.*

V podjetju MIGI izdelujemo obutev večje širine do L (oz. do 12).

3. VZDRŽEVANJE OBUTVE

Svetujemo: da bodo čevlji dobro služili in ohranili estetski videz, jih redno negujte! Odstranjajte prah in blato (s krtačo ali vlažno krpo) in po potrebi uporabite še čistilna in negovalna sredstva.

Naravno usnje - krito (boks,napa)	Obutev očistimo z vlažno krpo, mažemo pa jo s primerno pasto. Z mehko ščetko jo skrtačimo in s suho krpo spoliramo do visokega sijaja.
Naravno usnje - velur, anilinsko usnje	Obutev skrtačimo s ščetko. Če je potrebno, uporabimo sprej za velur. Uporaba vode ali vlažne krpe ni priporočljiva. Večje madeže je možno odstraniti z rahlim brušenjem suhega usnja z brezbarvnim brusnim papirjem granulacije 600, nato usnje večkrat skrtačimo v smeri poteka vlaken.
Umetno usnje	Obutev očistimo z vlažno krpo.
Tekstilni materiali	Prah odstranimo z mehko ščetko in obutev očistimo s suho krpo.
Laminirani usnjeni in tekstilni materiali (polprepustne membrane)	Vzdrževanje je enako, če je usnje podloženo oziroma laminirano z neprepustno membrano ali polprepustno membrano. Ker je večina obutvenega usnja hidrofobiranega, lahko vse bokse in nape (razen anilinske dodelave) čistimo tudi z vlažno krpo.
Gumijasta obutev	Obutev očistimo z vlažno krpo.

Splošni nasveti pri vzdrževanju obutve:

- Čevlje redno negujte!
- Mokre ali vlažne obutve ne izpostavljajte direktnemu izvoru toplote! (radiator, kamin, peč, pečica,...)
- Čevljev nikoli ne čistite z bencinom ali drugimi organskimi topili. Zaradi topila usnje otrdi, izgubi sijaj in razteznost, spremeni barvo oziroma se trajno poškoduje.
- Suhe čevlje očistite in premažite ali posprejajte z ustreznimi čistilnimi sredstvi (krema ali sprej).
- Čevlje iz mehkega usnja po potrebi napnite s pomočjo napenjalnih kopit, da bodo obdržali obliko, se posušili in prezračili.
- Pri temperaturi pod -10 °C ne nosite lakastih čevljev, saj lahko lak popoka.
- Obutev ne peremo v pralnem stroju – obutev le očistimo z vlažno krpo.

OZNAČEVANJE OBUTVE

PIKTOGRAMI GLAVNIH SESTAVNIH DELOV OBUTVE



ZGORNJI DEL

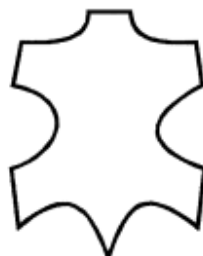


PODLOGA IN VLOŽEK
(STELJKA)



PODPLAT

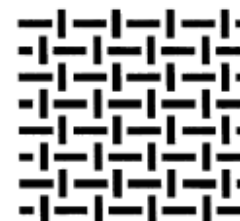
PIKTOGRAMI MATERIALOV GLAVNIH SESTAVNIH DELOV OBUTVE



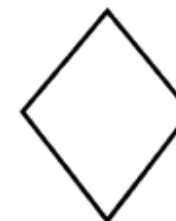
USNJE



KRITO USNJE



TEKSTIL



DRUGI
MATERIALI

TABELA RAZLIČNIH SISTEMOV VELIKOSTNIH ŠTEVILK ZA RAZLIČNE VRSTE OBUTVE

12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	CENTIMETRI										
18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	FRANC. MERA
3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	ANGL. MERA							