

高跟鞋選購“四看”

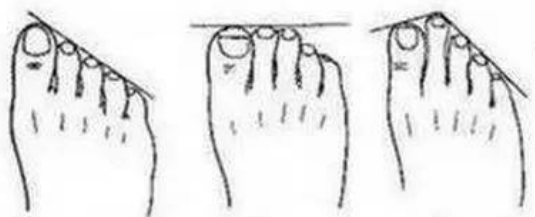
16-07-2021 上海市消保委

看鞋型

有消費者反映鞋子碼數是正確的，但穿鞋後雙腳總是“傷痕累累”。這或許是因為沒能根據自己的腳型選對鞋型。高跟鞋常見的鞋型有斜頭鞋、尖頭鞋、杏仁頭鞋、圓頭鞋以及方頭鞋。



一般來說，“埃及腳”比較適合穿著偏向一邊的斜尖頭鞋或斜頭鞋。“羅馬腳”可以選擇鞋頭偏寬的方頭鞋或圓頭鞋，儘量避免尖頭鞋款。“希臘腳”比較適合尖頭鞋和杏仁頭鞋，儘量避免穿魚嘴鞋，否則就可能發生第二根腳趾露在鞋頭外的小尷尬。



埃及脚

罗马脚

希腊脚

看勾心

勾心是起支撐定型作用的決定性部件，被安裝在鞋內，看不見摸不著，卻起著關鍵作用。挑鞋時可將鞋平放在堅固的平面，用手適度用力按壓鞋內腳心部位不軟不變形為好，如鞋穿用後，發現後跟歪斜、腳心虛空或不適，極有可能是勾心有缺陷。



看鞋跟

相較細根鞋，粗跟鞋更能將體重放在腳後跟上，所以站得更穩。對於細跟，鞋跟太靠後或太靠前都無法很好地支撐全身的重量。挑鞋時可以觀察後跟的中心線與腳後跟的中心是否在一條直線上，或者把鞋放置於平面輕輕碰一下，不會大幅度的左右晃動就是比較穩的鞋。



看鞋底

鞋底材質影響著高跟涼鞋的使用壽命。常見的鞋底材料中，皮底舒適合腳，但一般質量較重，耐水性、耐酸鹼腐蝕也較差；PU 底則穿著輕便，耐磨、耐彎折，但鞋底體感較硬；EVA 底質地較輕，柔軟富有彈性，但不耐磨、不耐油。

高跟涼鞋穿著需注意

■ 首先，不要長時間光腳穿鞋。夏天不少人喜歡光腳穿鞋，但在炎熱的夏季，雙腳本身就容易出汗，光腳穿鞋會讓皮膚直接浸泡在汗液裡。如果穿著透氣性不太好的鞋子，容易引發真菌感染或其他腳部疾病。再加上高跟涼鞋中的化學物質對皮膚有一定的刺激性，過敏體質的人長時間穿著後容易出現皮膚發紅、起水泡等症狀。因此，建議不要長時間光腳穿鞋，天熱時，可以穿薄一點的棉質襪子或墊棉質鞋墊，便於吸汗。

■ 另外，根據場合選擇合適的跟高。依據跟高，一般女鞋可分為 3 厘米以下的平跟，3-5 厘米的中跟，6-8 厘米的高跟，8 厘米以上的超高跟。跟高在 3-8 厘米的鞋適合平時上班或普通場合穿著，而跟高在 8 厘米以上的鞋適合演出、舞會等特殊場合穿著。

■ 有消費者反映，經常穿高跟鞋，腳掌容易變形（姆外翻）。姆外翻最常發生在有遺傳傾向加之長時間穿著不合適鞋子的人，特別是穿高跟鞋時由於重力作用及鞋的坡度增加，將腳趾擠入窄而小的鞋尖內，容易誘發形成姆外翻。建議選購高跟鞋時鞋跟不宜太高、鞋頭不宜太窄。避免長時間穿著高跟鞋，最好身邊備一雙舒適的平底鞋，與高跟鞋交換輪流穿著。

