

# Herzlich Willkommen beim Netzwerk Diabetischer Fuß Köln und Umgebung!

## „Zeigt her Eure Füße, zeigt her Eure Schuh....“

Über Füße gibt es nicht nur Lieder – Ihre Füße tragen Sie durch Ihr ganzes Leben. Gesunde Füße sind für ein vitales und glückliches Leben unverzichtbar.

Diabetiker können diese wichtigen Körperteile manchmal nicht mehr richtig spüren. Haben Sie sich auch mal eine Wunde an einem Fuß zugezogen und dies erst nicht bemerkt? Oder fühlen sich Ihre Füße taub an?

Das können Symptome dafür sein, dass Sie an einem Diabetischen Fußsyndrom leiden. Aus diesem Grund verlieren in Deutschland pro Jahr 30.000 Diabetiker Teile ihres Beines. 75% dieser Amputationen wären vermeidbar durch rechtzeitige Maßnahmen.

Wir wollen dafür sorgen, dass es gar nicht erst soweit kommt und Ihnen helfen, Ihre Füße gesund und belastbar zu halten. Wenn Sie nicht mehr alles spüren brauchen Ihre Füße besondere Pflege und eine optimale Versorgung. Dafür finden Sie wichtige Adressen, Informationen und Ansprechpartner auf unserer Homepage. Falls bei Ihnen oder einem Bekannten eine Amputation droht, holen Sie schnellstens eine [Zweitmeinung](#) von einem Experten ein.

Gemeinsam finden wir Lösungen für Ihre Fußprobleme. Machen wir uns zusammen auf den Weg zu gesunden Füßen, die man jeder „Waschfrau“ zeigen kann.

Mit vielen Grüßen  
Ihr Fußnetz-Team



Text und Musik: anonym - aus Schleswig-Holstein - um 1860  
auch als " Habt acht auf Eure Füße"  
in *Macht auf das Tor* (1905)

## Hintergrundinfo

### Macht auf das Tor - Alte deutsche Kinderlieder,

herausgegeben von Maria Kühn, Königstein im Tanus, 1905 erstmals erschienen, später 1921 und immer wieder neu aufgelegt. 1942 hatte das schön aufgemachte Buch bereits eine Auflage von 160.000 Exemplaren. Alte deutsche Kinderlieder, Reime, Scherze und Singspiele. Mit Melodien. Buchschmuck von Tine Kühner. Silhouetten geschnitten von Gertrud Schubring Verlag: Kal Robert

Langewiesche - Düsseldorf-Leipzig, 231 Seiten

Das Buch enthält "Lieder - Reime - Scherze", "Wiegenlieder", "Koselieder und Tändeleien", "Tanzlieder", "Neckereien", "Tierverser", "Schnellsprech-Übungen" und vieles mehr...

Hier ein Nachdruck aus dem Jahr 1950 (Quelle: Antiquariat, Buch gibt es ab 5 € zu kaufen, auch z.B. bei Amazon)

