حيل تجعل أنتعالٍ أحذية الكعب العالي أقلّ ألماً

يوجد علاقة حبّ وبغض لدى انتعال أحذية الكعب العالي لم تنتهِ يوماً ! تعشق كافة النساء الكعب العالي الذي يمنحها إطلالةً رائعة وجسم ممشوق ، لكنها تكاد تبكي عندما تتذكر كم يؤلمها…

تعاني أغلبية السيدات من مشكلة عدم الرغبة بإعتماد الكعب العالي لفترة طويلة والظروف والمناسبات التي تجبرها على هذا الامر . فيمكنك تهوين حياتك والحد من هذه المشكلة من خلال اتباع عدد من الحيل التي تجعل الكعب أقل ضرر وألم بعد مرور ساعات على اعتماده والمشي به.

حيل تجعل أنتعال أحذية الكعب العالي أقلّ ألماً :

- الوسادة الهلاميّة : استخدمي الوسادة الهلامية عندما يكون الحذاء جامداً ، فهي تخفّف الضغط عن قدمكِ وتساعد في الانحناء والتحرّك بشكل أكثر سهولة.
- مزيل الرائحة : اضيفي طبقة من الانتعاش الى قدميك وتفادي التعرّق ثمّ الانزلاق، عبر رش كميّة من مزيل الرائحة داخل حذائك .
- المشي بخطوات كبيرة : لا تخطو كافة عارضات الأزياء خطوات كبيرة عن عبث. تعرف هذه العارضات أن طريقة المشي هذه في الكعب العالي تجعل مشيتهن أكثر ثباتاً واتّزاناً وثقةً وجمالاً.
-
- مدّدي قالب الحذاء : إذا كان قالب حذائك ضيّقاً ويضغط على رجلكِ قليلاً ، فيمكنك تمديده من خلال تعبئة كيس صغير بالمياه ووضعه في قلب الحذاء ثمّ وضع الحذاء في الثلاجة لليلةٍ كاملة. لدى تجمّد المياه ، سوف يتمدّد الحذاء وبالتالي سوف يصبح أكثر راحةً.
- قصّري الكعب : بالتأكيد لا تعلمين أن معظم الكعوب هي قابلة للتقصير قليلاً دون أن يتشوّه شكل الحذاء . كل ما عليك فعله هو طلب من مصلّح الأحذية قص بعض السنتميرات من الكعب ،

والتي ستحدث فرق بالنسبة لقدميك.

بالإضافة الى هذه الحيل ، يمكن اتباع عدد من الخدع السهلة التي تساعك على المشي بالكعب العالي بكل أناقة. فكيف تمشي النساء العاملات بنيويورك المسافات الطويلة بالكعب العالي دون أن يتحوّل الأمر لكارثة في المساء؟ وكيف تستخدم النساء الأوروبيّات الميترو منتعلات أحذية الكعب العالي بكلّ أناقة ؟

تعتبر العادة امر مهم طبعًا وحيث يمكنك اتباع الخدع التالية :

- مرّني قوس قدمك : مرني قوس قدميك فهو يتّخذ الشكل الذي يتعوّد عليه ، فان كنت تقضي معظم أيامك بالحذاء الرياضي ، فأنت بالتأكيد سوف تعاني لدى اعتماد حذاء الكعب العالي . حاولي قضاء أيّاماً متتالية مرتدية الكعب العالي لتمرين قوس قدميك.
- اختاري مقاس الحذاء المريح : تحتاج القدم الى مساحة تحتضنها كما هي. فلا يمكنك المشي بكل أناقة بحذاء يسحق أصابع قدميك ، لذا الجئي الى شراء أحذية ذو مقاس أكبر بنصف رقم من قياسك المعتاد.
- انتبهي لباقي جسمك : لا تركّزي فقط على قدميك بل اعتمدي على باقي أعضاء جسمك بطريقة مستقيمة . كل ما عليك فعله هو شد معدتك وجعل كتفيك مستقيمين للحصول على التوازن والأناقة.
-
- ضعي الكعب على الأرض ثمّ الأصابع: الطريقة السليمة والأنيقة للمشي بحذاء الكعب العالي ، تتمثل بوضع الكعب على الأرض ثمّ الأصابع.
- خذي وقتكِ في المشي : يجعلك المشي السريع بالكعب العالي تبدين كانك مراهقة وغير معتادة على هذه الأحذية. امنحي خطوتكِ الوقت الكافي ، فالمشي بتأنّي يمنحك المزيد من التألق والثقة بالنفس.
- اعتمدي كعوباً مختلفة : اعتمدي كعوباً مختلفة الأطوال والأحجام لكي تبقى قدمكِ سهلة التأقلم . لا تشتري نفس طول الكعب دائماً ، بل نوّعي بين الكعوب المختلفة.