

# Boty se dají roztáhnout i bez bolesti. Udělejte s nimi tohle a bude se vám okamžitě chodit skvěle

---

[aazdravi.cz/boty-se-daji-roztahnout-i-bez-bolesti-udelejte-s-nimi-tohle-a-bude-se-vam-okamzite-chodit-skvele/](http://aazdravi.cz/boty-se-daji-roztahnout-i-bez-bolesti-udelejte-s-nimi-tohle-a-bude-se-vam-okamzite-chodit-skvele/)

V dětství nám říkali, že nové boty máme hned zanést do postele pod peřinu. Prý pak nebudou tláčit. Pověry příliš účinné nejsou, proto vám poradíme, co účinné je. Nové nebo těsné boty můžete roztáhnout i pohodlně, bez bolestivého nošení a puchýřů.

## Nové boty tlačí

---

Vyzkoušení bot v obchodě nezaručí stoprocentně, že vás boty nebudou tláčit při delším nošení. V obchodě máte jen krátkou chvíli na to, abyste boty nazuli a uděláte sotva pár kroků. Často zkoušíte jen jednu botu. Rozdíl v komfortu může způsobit i to, že boty zkoušíte s ponožkou, ale následně nosíte bez ponožky.

V jiném případě nemáte možnost vyzkoušet boty vůbec, protože jste si je objednali online. Do vzhledu jste se ale zamilovali natolik, že je nechcete vrátet a doufáte, že po čase povolí a bude vám v nich pohodlně. Poradíme vám, jak na to.

## Těsná bota správné velikosti

---

Vybrali jste správnou velikost obuvi, přesto je vnitřní prostor boty těsný. Obvykle potíže zmizí s rozchozením obuvi, to ale znamená pár bolestivých dní. Můžete si pomoci s obyčejnou vodou. Budete potřebovat jen dva pevné igelitové sáčky, které můžete spolehlivě uzavřít a trochu prostoru v mrazáku, kterého ovšem není nikdy dost.



## Jak roztáhnout těsné boty

---

Roztažení bot můžete zkusit s pomocí ledu. Naplňte dva igelitové sáčky vodou a pevně uzavřete. Ujistěte se, že používáte nové a kvalitní sáčky, které se neprotrhnou dříve, než dojde ke kompletnímu zmrazení.

Sáčky s vodou vložte dovnitř každé boty, voda se vytvaruje podle vnitřního prostoru. Obě boty dejte do mrazáku a led způsobí, že se bota začne roztahovat bez vašeho přičinění. Zmrazené boty ponechejte jeden nebo dva dny, následně rozmrazte, vyjměte sáčky a vyzkoušejte, zda je povolení dostatečné. Pokud ne, můžete zkusit zopakovat fázi mrazení.

*Foto: Shutterstock*

Nenechte si ujít