

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 52 (1995)  
**Heft:** 5: Soweit die Füße tragen : gepflegte Füße, gesunde Beine

**Artikel:** Zeigt her eure Füße, zeigt her eure Schuh'!  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-557826>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 02.05.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



Ein nackter Fuß der Venus und der beschuhte Fuß eines Begleiters der Primavera (Frühling) aus Gemälden von Botticelli.

## Zeigt her eure Füße, zeigt her eure Schuh'!

Die frühesten Versuche, den Fuß zu schützen, bestanden in kalten Gegenden darin, den Fuß mit Fellstücken zu umhüllen und das Ganze über dem Knöchel festzubinden. In warmen Gegenden erfand man schon früh eine Art Sandale, die eigentlich nur aus einer Sohle mit verschiedenen angeordneten Halteriemern bestand.

In Ägypten, Griechenland und Rom war das Tragen von Sandalen ein Privileg hoher Würdenträger. Die allerersten «Sohlen» bestanden aus geflochtenem Stroh, Bast oder Palmblättern. Bald verwendete man aber auch schon Holz und Leder.

Später wurde im römischen Reich durch kunstvoll geschnürtes Riemenwerk an der Sandale der Stand und die Vermögenslage dokumentiert. Während der einfache Soldat eine bloße Sohle trug, die durch schmale, zwischen den Zehen durchgeführte Riemen gehalten

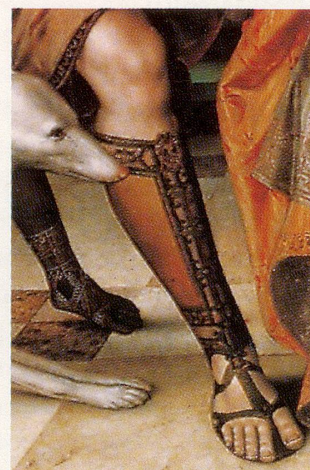


Römische Soldaten mußten keine Hühneraugen befürchten.

wurde, war den Privilegierten eine Sandale gerade recht, die mit kompliziert geflochtenem, bis über den Knöchel reichendem Riemenwerk ausgestattet und bei den Frauen zusätzlich mit Gold und Edelsteinen verziert war. Eine Weiterentwicklung der hochgeschnürten Sandalen war der zehenfreie Stiefel, der, wie beispielsweise auf dem nebenstehenden Gemälde von Jan Massys, eher einem Strumpf glich.

### Pantoffel-Zeit

Mit dem Ende des 4. Jahrhunderts begann die Laufbahn des geschlossenen Schuhs oder «Pantoffels» aus Leder. Eine primitive Form war der sogenannte Bundschuh, der aus einem Stück Leder bestand und über dem Knöchel gebunden wurde. Er war en vogue bei den Germanen und Franken und bis ins 14. Jahrhundert bei den deutschen Bauern. Ursprünglich kam der geschlossene «Pantoffel» aus dem Orient. Das einfache Volk trug den Halbschuh unverziert, die feinere Gesellschaft brachte allerlei modischen Schnickschnack an, bis hin zu den verrücktesten Schnabelformen an der Fußspitze, die zum



Teil flach auf dem Boden lagen, zum Teil hoch gerollt wurden, weil selbst gezieltes Schreiten mit den langen Schnäbeln unmöglich war.

### Eine Frage des Standes und des Geldes

Viele Jahrhunderte hindurch war der Schuh ein Ausweis von Herkunft und Macht. Im Sprichwort «unter jemandes Pantoffel stehen», gilt der Halbschuh heute noch als Zeichen der Überlegenheit und Gewalt, weil das Schuhetragen lange ein Vorrecht der Mächtigen war und von den jeweiligen Obrigkeiten streng reglementiert wurde.

Der Adel und die kirchlichen Würdenträger schmückten sich, doch der kleine Mann trug, sofern er nicht barfuß ging, Holzpantinen oder einfache Bundschuhe. In der Renaissance kam der schmale, lange Schnabelschuh aus der Mode, statt dessen fiel man ins andere Extrem und bevorzugte überbreite Schuhe in der Form von «Bärentatzen» und «Kuhmäulern».

### Die Damen wollten hoch hinaus

Um 1600 betrat erstmals der Absatz die Modebühne. Sein Weg war schon vorgebahnt durch die Stelzschuhe der Spanierinnen und Venezianerinnen, bei denen der eigentliche Schuh auf einem sohlenähnlichen Sockel aus Kork oder Holz stand. (Unsereins kann sich noch an die vergleichbare Plateausohle der frühen Siebzigerjahre erinnern!) Der Absatz machte Furore und durchlief die verschiedensten Entwicklungen, bis er schließlich unter dem Regime Ludwigs XIV. so schwindelnde Höhen erreichte, daß die Damen des Hofes zusätzlich einen Stock brauchten, um nicht von der Höhe ihres Standes herunterzukippen. Die französische Revolution machte diesen Auswüchsen ein Ende. Fortan trug man die leichten, absatzlosen «Escarpins», die erst im Biedermeier wieder farbiger und reicher verziert wurden.

Die Herrenschuhmode am Hofe des französischen Sonnenkönigs war im Vergleich zur Damenmode geradezu vernünftig. Der Maler Charles le Brun zeigt, wie die Mode um 1650 aussah: Die Herren trugen Halbschuhe aus weichem Leder, mit schnurgeraden Fußspitzen, die mit Satinbändern geschnürt wurden. Die mit rotem Leder überzogenen Absätze waren dem Hochadel und dem König vorbehalten.



Schuhbekleidung der Renaissance-Zeit am Beispiel von zwei Dürer-Bildern.



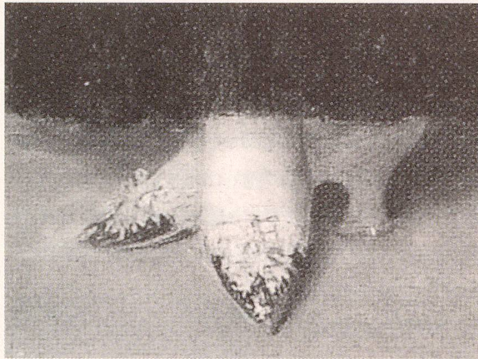
Schuhmode am Hofe des Sonnenkönigs.



**Der Pumps gehört in der Damenmode zum langlebigsten Schuhtyp.**

## Blut ist im Schuh

In der Mitte des 17. Jahrhunderts wurde in Frankreich das Märchen von Aschenbrödel erfunden. Das arme, schöne Mädchen hat, wie wir alle wissen, als einzige der Schwestern die Ehe mit dem Prinzen verdient, weil ihre mädchenhafte Anmut dadurch gekrönt wird, daß ihr kleiner Fuß in den zierlichsten aller gläsernen Pantoffel paßt. Dieses Schönheitsideal hat sich bis weit in unser Jahrhundert gehalten. Erst die «Turnschuh-Genera-



tion» lehnte es strikt ab, sich in zu kleine, enge, spitz zulaufende Schuhe zu zwängen, bei denen Generationen von Schuhverkäufern die Kundin mit dem Argument vertrösteten: der Schuh weitet sich beim Tragen. Bis das Leder sich geweitet hatte, hatten die meisten Käuferinnen bereits Druckstellen, Blasen und Hühneraugen.

Ein typisches Beispiel für die lange geltende Schuhform hat Francisco de Goya bei einer spanischen Marquesa aufgezeigt. Wie vergleichsweise bequem dagegen die Herrenmode derselben Epoche war, ist ebenfalls auf einem Goya-Bildnis des spanischen Kronprinzen Don Carlos ersichtlich.

## Modern Times

Heute gibt es viel weniger Diktate in der (Schuh-)Mode als zu früheren Zeiten. Der Obrigkeit ist es egal, welche Schuhe die Untertanen tragen. Jeder ist selbst verantwortlich für seine Fuß-Gesundheit. Die Auswahl ist heute größer als je zuvor, man bekommt nicht nur für jede Sportart, für Stadt, Land, Fluß und Berg den passenden



*Buchtipp:  
Paul Weber: Schuhe, Drei  
Jahrtausende in Bildern,  
AT Verlag, CH-5001 Aarau*

Schuh, sondern auch, allerdings erst seit dem 19. Jahrhundert, linke und rechte Schuhe. Wie man hört, soll in diesem Sommer der Stöckelschuh ein



Comeback feiern. Aber es gibt ja noch Trotteurs, Ballerinas, Sandalen, Bottinnen und, nach wie vor, – Pantoffel. ●