

# Starke Füße als Basis.



Made in Germany

WIE SENSOMOTORISCHE EINLAGEN BEI  
VIELEN BESCHWERDEN HELFEN KÖNNEN

**MED REFLEXX**

Gesundheit beginnt am Fuß.



# Ein gesunder Körper steht auf gesunden Füßen

## Der Fuß ist die Basis und das Fundament

Der Fuß ermöglicht das Gehen und Stehen, macht uns mobil und bringt uns überall hin. Trotzdem wird der Fuß oft vernachlässigt - mit fatalen Folgen für die Körpergesundheit. Ein ungenügend trainierter Fuß kann zu muskulären Dysbalancen im Körper führen, die wiederum in Fehlhaltungen und Fehlstellungen resultieren.

## Sensomotorische Einlagen aktivieren den Fuß und können Defizite ausgleichen

Das Therapie-Prinzip sensomotorischer Einlagen: Sie stimulieren bestimmte Areale der Fußsohle und versorgen den Fuß gezielt mit Reizen. Das zentrale Nervensystem übersetzt diese Reize in gesteuerte Impulse für Muskel- und Körperspannung, die sich positiv auf Haltung, Gangbild und Bewegungsapparat auswirken können. Für die Therapie bedeutet das: Funktionelle Störungen des Bewegungsapparats können mithilfe der Einlagen therapeutisch unterstützt werden. Die Umverteilung von Belastungen kann zum Ausgleich muskulärer Dysbalancen beitragen; Schmerzen können so reduziert werden.

## Die Ursachen im Fokus

Nacken, Rücken, Knie - Schmerzen an einer Stelle des Körpers können ihre Ursache an einer anderen Stelle im Körper haben. Das Med-Reflexx-Therapiekonzept konzentriert sich auf die Schmerzursache und betrachtet den Patienten ganzheitlich.

Die Versorgung mit sensomotorischen Einlagen ist eine Therapie, die singulär, aber auch mit anderen Therapien wie z.B. manuellen Therapien oder Stoßwellenbehandlungen kombiniert werden kann. Die Med-Reflexx-Einlagen erweitern somit das Spektrum der klassischen konservativen Orthopädie ideal.



### Was Patienten sagen:

Rund 80% der Patienten bestätigen, dass sie mit MedReflexx-Einlagen weniger Schmerzen haben. Das ergab eine Umfrage der Gesellschaft für Haltungs- und Bewegungsforschung e.V. (GHBF).

Quelle: Patientenbefragung an 500 Patienten, GHBF, 2009

# Sensomotorische Einlagen als Therapiebaustein

Im Rahmen einer multimodalen Schmerztherapie können sensomotorische Einlagen einen positiven Einfluss haben. Sie finden ihren Einsatz z.B. im Bereich:

## Indikationen für die Versorgung mit sensomotorischen Einlagen

Es gibt eine Vielzahl von Beschwerden, die mit sensomotorischer Einlagentherapie positiv beeinflusst werden können, wie z.B. Fuß-, Rücken- und Kniebeschwerden oder sogar Nacken- und Kopfschmerzen. Oft liegt die Ursache für diese Beschwerdebilder weder am Knochengerüst noch in einem Muskel oder Gelenk. Verantwortlich ist vielmehr eine funktionelle Störung des Bewegungsapparates. Das bedeutet: Muskuläre Dysbalancen können die natürliche Funktion von Knochen, Muskeln und Gelenken beeinträchtigen und damit zum Schmerzauslöser werden.

Muskuläre Dysbalancen entstehen über das körpereigene Netzwerk aus Muskelketten, Faszien und Bindegewebe und können durch schwache Fußmuskulatur, angeborene Fehlstellungen oder erworbene Fehlhaltungen hervorgerufen werden.

### Kopf und Nacken

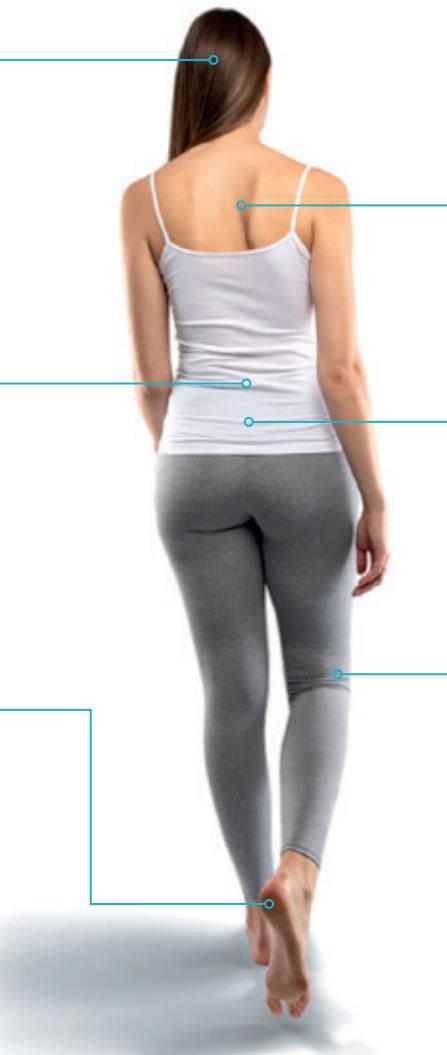
- unspezifische Kopfschmerzen, z.B. Migräne
- Kopfschiefhaltungen
- Nackenverspannungen
- Schmerzen im Kieferbereich

### Rücken

- Chronische Rückenschmerzen
- Bandscheibensymptomatik
- Haltungs- und muskelbedingte Beschwerden
- Schulter-Arm-Syndrom

### Fuß

- Knick-, Senk-, Spreizfuß
- Anfangsstadien des Hallux Valgus
- Fersensporn
- Metatarsalgie
- belastungsabhängige Schmerzen



## Haltung und Gang

- Fehlbelastung, Schonhaltung
- Achsenfehlstellung
- Haltungsschwäche
- Sturzprophylaxe
- Skoliose

## Hüfte und Becken

- Funktioneller Beckenschiefstand
- Muskulär bedingte Schmerzen im Beckenbereich
- ISG-Beschwerden
- Beckenbodenschwäche

## Knie

- Achsenfehlstellungen
- Beschwerden Kniescheibe
- Runner's Knee



### Weitere Einsatzbereiche:

Die Einlagen können bei älteren Menschen mit Gangunsicherheiten, Kindern mit angeborenen Fehlstellungen sowie Patienten mit neurologischen Krankheitsbildern (z.B. Parkinson) unterstützend eingesetzt werden. Sie ersetzen aber keinesfalls die ärztliche oder neurologische Behandlung.

# 7 gute Gründe für MedReflexx-Einlagen



## 1. Weich und flexibel

Viele Einlagen sind starr und hart und werden von Patienten oft als unangenehm empfunden. Aktivierende Einlagen von MedReflexx haben eine integrierte Dämpfungsschicht und sind extrem weich und flexibel.



## 2. Individuell befüllbare Therapieareale

Jeder Mensch ist anders. Deshalb werden unsere Einlagen ganz individuell auf die körperlichen Bedürfnisse des Patienten angepasst. Verschiedene Therapieareale werden verschieden stark mit Granulat gefüllt. Das spezifische Relief stimuliert die Fußsohle gezielt bei jedem Schritt.



## 3. Nachhaltig - anpassbar an den Therapieverlauf

Für eine erfolgreiche Therapie sind regelmäßige Kontrollen durch den behandelnden Arzt empfehlenswert. Die Einlagen können dabei an eine veränderte muskuläre Spannung angepasst und somit über einen langen Zeitraum genutzt werden.



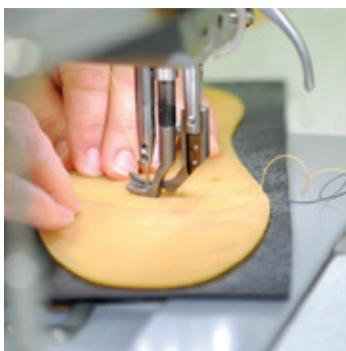
#### 4. Einfache Bestellung

Sensomotorische Einlagen von MedReflexx sind Bestandteil des Behandlungsspektrums vieler Ärzte und Therapeuten, die ganzheitlich arbeiten und speziell ausgebildet sind. Die Patienten wählen die Einlagen und bestellen diese in Absprache mit dem Arzt direkt bei MedReflexx.



#### 5. Passen in (fast) jeden Schuh

MedReflexx-Einlagen sind relativ dünn; es gibt kurze, lange und extra dünne Varianten. Unser Tipp: Am besten ist es, wenn Sie die Einlagen beim Schuhkauf mitnehmen und gleich einlegen.



#### 6. Handgemacht in Deutschland und ... vegan!

MedReflexx-Einlagen werden aus hochwertigen Materialien in Deutschland handgefertigt. Eine speziell entwickelte Mikrofaser bildet die Oberfläche; die Unterseite sowie die Granulat-Befüllung sind aus naturreinem Kautschuk. Alle Einlagenmodelle erfüllen somit die Ansprüche an einen veganen, nachhaltigen Lebensstil.



#### 7. Gezielte Wirkung

Jede Einlage stellt einen Eingriff in das sensomotorische System dar. Harte Einlagen können durch ihre rein stützende Funktion die Muskulatur schwächen. Sensomotorische Einlagen von MedReflexx stimulieren und aktivieren dagegen die Muskulatur und wirken gezielt.

SIE HABEN DIE WAHL

# Verschiedene Beschwerdebilder, verschiedene Einlagenmodelle



## Klassik-Einlage

### DIE EINLAGE FÜR ALLE FÄLLE

Die kurze Einlage aus Mikrofaser ist vielfach bewährt. Bei idealer Passform und Verträglichkeit mit dem jeweils vorhandenen Schuhwerk bietet sie sensomotorische Stimulation für sämtliche Einsatzbereiche. Erhältlich in den Farben Blau, Cognac, Schwarz und Silber.



## Slim-Einlage

### WENIGER EINLAGE GEHT NICHT

Die Slim-Einlage ist eine der dünsten Einlagen auf dem Markt. Sie wurde speziell für schmale Damenfüße entwickelt und passt daher auch in schickes Schuhwerk wie Ballerinas und Pumps, aber auch in die Businessschuhe der Herren. Die Einlage gibt es in hochwertigem Kunstleder in mattem Schwarz.



extra-dicke  
Dämpfungsschicht



## Soft-Einlage

### MIT ZUSÄTZLICHER DÄMPFUNGSSCHICHT

Dieses Modell bietet dieselbe Stimulation wie die Kombi-Einlage, ist aber zusätzlich mit einer Spezial-Dämpfungsschicht ausgestattet. Sie eignet sich besonders für Patienten mit extrem empfindlichen Füßen und für diabetische Frühstadien. Erhältlich in schwarzer Mikrofaser und silbernem Kunstleder.



## Kombi-Einlage

### MAXIMALE SENSMOTORISCHE STIMULATION

Die Kombi-Sohle ermöglicht eine intensive Stimulation des gesamten Fußes und wird besonders erfolgreich in der Sturzprophylaxe eingesetzt. Sie eignet sich ebenfalls für neurologische Krankheitsbilder und Patienten mit Vorfußproblemen. Erhältlich in Hellblau, Schwarz und Silber.



## Sport-Einlage

### SPEZIELL FÜR HOHE BELASTUNG

Diese Einlage zeichnet sich durch eine besonders robuste Verarbeitung (doppelt verklebt und vernäht) für hohe Belastungen wie z.B. im Sport aus. Maximale sensomotorische Stimulation, die Kraft und Koordination verbessern kann. Erhältlich in schwarzer Mikrofaser und silbernem Kunstleder.



## MiXX-Einlage

### STÜTZUNG UND INDIVIDUELLE STIMULATION

Speziell abgestimmt für Patienten mit Knick-Senk-Spreizfuß und Metatarsalgie. Sie verleiht Stabilität und individuell abstimmbare Unterstützung im zentralen Vorfußbereich. Zusätzlich sorgen sieben weitere, veränderbare Kammern für die Stimulation des Fußes und Stärkung der Fußmuskulatur. Sie kombiniert die Stützung des Fußes mit Weichbettung und individueller Stimulation. Erhältlich in schwarzer Mikrofaser.



## Fersensporn-Einlage

### WEICHBETTUNG UND STIMULATION

Das Fersensporn-Modell vereint sensomotorische Stimulation und klassisch-orthopädische Weichbettung. Sie eignet sich besonders für Patienten mit Fersensporn-Beschwerden, indem die weiche Bettung die Ferse entlastet, während die anderen Areale den gesamten Körper nach dem bekannten Prinzip stimulieren. Erhältlich in weinroter Mikrofaser.

# Einlagen beeinflussen die Körperhaltung

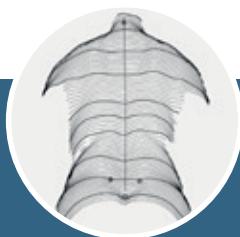
## Nachhaltige Einlagen-Therapie gehört in die Hände von Spezialisten

Das große Missverständnis der Vergangenheit war: Einlagen helfen nur bei Fußbeschwerden. Studien<sup>1</sup> zeigen jedoch, dass Einlagen auf den gesamten Bewegungsapparat und die Körperhaltung wirken. Die Einlagenversorgung ist deshalb ein hochkomplexer Eingriff und gehört unter ärztliche Aufsicht und Kontrolle. Alle Ärzte, die unsere Einlagen verordnen, haben eine spezielle Ausbildung im Bereich Haltungs- und Bewegungstherapie absolviert.

## Zufriedene Patienten: Die Resultate sprechen für das MedReflexx-Konzept

Die Verbesserungen von Haltung, Gangbild, Körperspannung und Fußgesundheit während der Einlagen-Therapie können mit modernster Medizintechnik untersucht, gemessen und dokumentiert werden. Klinische Studien<sup>2</sup> belegen außerdem die subjektive Wahrnehmung der Patienten: Die Versorgung mit sensomotorischen Einlagen kann in vielen Fällen zur Verbesserung der Schmerzsymptomatik und Körperhaltung führen.

## Umfassende Diagnostik mit modernster Medizintechnik



3D-Wirbelsäulenvermessung



Muskelspannungsmessung (EMG)



Fussdruckmessung (Pedobarografie)

<sup>1</sup> z. B. Ludwig et al: The influence of insoles with a peroneal pressure point on the electromyographic activity of tibialis anterior and peroneus longus during gait. Journal of Foot and Ankle Research (2016)

<sup>2</sup> z. B. Dankerl et al: Effects on posture by different neuromuscular afferent stimulations and proprioceptive insoles: Rasterstereographic evaluation. Prosthet Orthot Int. (2016)

# Die Einlage - exklusiv vom Spezialisten

## Ein guter Anfang: die ausführliche Anamnese

Ihr Experte für Haltungs- und Bewegungstherapie wird nach einem ausführlichen Gespräch über Ihre Krankengeschichte verschiedene Muskel- und Koordinationstests durchführen. Diese liefern Hinweise auf den aktuellen Zustand Ihres Bewegungsapparates und der Muskelspannung. Oft kommen auch technische Methoden wie die 3D-Wirbelsäulenvermessung, die Fussdruckmessung oder Muskelspannungsmessung (EMG) zum Einsatz. Die manuelle Austestung der Fußmuskulatur ermöglicht die Festlegung Ihrer individuellen Einlagenbefüllung.

## Bewegung ist das beste Rezept

Ihre individualisierten Einlagen verordnen Ihnen ausschließlich speziell ausgebildete Ärzte. Gemeinsam besprechen Sie das weitere Vorgehen. Jetzt ist Ihre Mithilfe gefragt: Tragen Sie die Einlagen regelmäßig und bewegen Sie sich viel! Walken, Radfahren, Yoga - eine ausgewogene Mischung aus Ausdauer-, Kraft- und Koordinationstraining unterstützt Ihre Therapie maßgeblich.

## Veränderbare Muskulatur braucht veränderbare Einlagen

Das Tragen der Einlagen kann Ihre gesamte Körpermuskulatur aktivieren - mit Auswirkungen auf Muskulatur, Haltung, Gangbild und den gesamten Bewegungsapparat. Ihr Arzt vereinbart daher mit Ihnen einen Kontrolltermin, um diesen dynamischen Prozess möglichst effizient zu gestalten. Im Therapieverlauf sollten die Einlagen an die veränderte Muskulatur angepasst werden. So wirkt die MedReflexx-Sohle wie ein optimal justiertes Trainingsgerät für Ihre Füße.



### Gehen - damit Bewegungsschmerzen weggehen.

Die Therapie mit sensomotorischen Einlagen von MedReflexx ist absolut leicht in den Alltag zu integrieren und kann in vielen Fällen positive Effekte im Hinblick auf bestehende Beschwerden zeigen.

## Praxisstempel



ISO 9001  
Zertifiziertes Qualitäts-  
managementsystem

MedReflexx GmbH  
Hesselhoferstraße 5  
80802 München

Telefon: 089 330 37 47 0  
E-Mail: [info@medreflexx.de](mailto:info@medreflexx.de)  
Internet: [www.medreflexx.de](http://www.medreflexx.de)



 [facebook.com/medreflexx](https://facebook.com/medreflexx)  
 [instagram.com/medreflexx\\_einlagen](https://instagram.com/medreflexx_einlagen)  
 [linkedin.com/company/medreflexx](https://linkedin.com/company/medreflexx)

**MED REFLEXX**  
Gesundheit beginnt am Fuß.