

„Ohne Einlagen bin ich nicht mehr unterwegs!“

Wie sensomotorische Einlagen bei Fußschmerzen nach einer Hallux-valgus-OP helfen können



Barbara S. ist eine Frau, die nicht zu bremsen ist. Ständig ist sie in Bewegung, 10.000 Schritte geht sie mindestens am Tag. Selbst in ihrem Teilzeitjob in einer Notarkanzlei sitzt sie nicht still, und in ihrer Freizeit kümmert sie sich um ihre zahlreichen Enkel. Doch vor etwa drei Jahren bemerkte sie eine Druckstelle am Fußballen, unterhalb des Zehengrundgelenks, der ihr Schmerzen bereitete. Sie schenkte den Beschwerden keine große Bedeutung, in der Hoffnung, sie wären nur vorübergehend. Dem war nicht so, mit der Zeit konnte sie nämlich kaum mehr gehen: „Für mich war das eine richtige Qual, ich konnte ja noch nie lange still sitzen. Und außerdem gibt es doch so viel zu tun“, erzählt die 60-Jährige. Nach mehreren Besuchen bei verschiedenen Ärzten, die ihr nicht helfen konnten, gab ihr ein Osteopath den entscheidenden Tipp. Er empfahl ihr einen Orthopäden in Stuttgart, der auf Haltungs- und Bewegungstherapie spezialisiert ist. Nach ausführlicher Anamnese und einer 3-D-Wirbelsäulenvermessung verordnete er Barbara S. die sensomotorischen Einlagen von MedReflexx. „Wir kriegen das wieder hin, die Einlagen werden helfen“, versicherte er seiner skeptischen

Patientin. „Nach nur wenigen Wochen ließen die Schmerzen nach, heute bin ich so gut wie schmerzfrei. Hätte ich nicht gedacht“, gesteht Barbara S.

Kleines Hilfsmittel mit großer Wirkung

Sensomotorische Einlagen mögen unscheinbare kleine orthopädische Hilfsmittel sein, doch sie haben eine große Wirkung – sie haben nämlich Auswirkungen auf den gesamten Bewegungsapparat. Als Sensomotorik bezeichnet man das Zusammenspiel von sensorischen und motorischen Leistungen des Nervensystems. Die Wahrnehmung des Reizes durch Rezeptoren, beispielsweise in der Haut oder der Muskulatur, und die Ansteuerung der Muskulatur stehen dabei in direktem Zusammenhang. Diese Wirkprinzipien macht sich die sensomotorische Einlage zunutze. So setzen die individuell befüllten Areale der MedReflexx-Einlage gezielte Reize über die Fußsohle. Diese Reize werden über Faszien und Muskelketten durch den gesamten Körper bis ins zentrale Nervensystem transportiert, das mit entsprechender Rückmeldung reagiert. Indem Fehlbelastungen und Fehlstellun-

gen umverteilt und korrigiert werden, können Unstimmigkeiten innerhalb des Bewegungsapparats und damit auch die Schmerzen im Körper aufgelöst werden.

Gezielte Wirkung auf den ganzen Bewegungsapparat

Sensomotorische Einlagen aktivieren also den ganzen Körper und haben positive Auswirkungen auf Gangsicherheit, Gleichgewicht und den gesamten Bewegungsapparat. Das Besondere an MedReflexx-Einlagen ist, dass sie im Laufe der Therapie immer wieder individuell befüllt und an veränderte muskuläre Erfordernisse angepasst werden können. Daher sind regelmäßige Kontrolltermine ein wichtiger Therapiebestandteil für die Patient:innen, denn nur so kann der behandelnde Therapeut eine effektive individuelle Einlagenversorgung gewährleisten.

Schmerzfrei ohne OP

Barbara S. hatte im Alter von 35 Jahren eine Operation an ihrem Hallux valgus durchführen lassen, bei der ein keilförmiges Stück Knochen am großen Zeh entfernt wurde. Vermutlich war das die Ursa-

Der Fuß im Zentrum



che der Fußschmerzen, die erst viele Jahre später auftraten. „Einer der Ärzte, den ich auf meinem Leidensweg aufgesucht habe, wollte mir sogar einfach die anderen vier Zehen kürzen“, erzählt sie entrüstet. Heute kann Barbara S. wieder ein normales Leben zwischen ihrer Arbeit und Familie führen, beschwingt und ohne Schmerzen. Die Einlagen unterstützen sie dabei weiterhin. „Ohne sie gehe ich gar nicht mehr aus dem Haus!“

Kurse, um Ärzten die Bedeutung der Sensomotorik für viele orthopädische Krankheitsbilder zu verdeutlichen. Nur mit dem Blick über den Tellerrand hinaus sind erst die Ursachen der Beschwerden zu ergründen. So lassen sich häufig mit einfachen Mitteln die Schmerzen in den Griff bekommen und Operationen vermeiden, denn: Eine OP sollte immer das letzte therapeutische Mittel sein!

Ausgebildete Spezialisten für Haltungs- und Bewegungsdiagnostik in Ihrer Nähe: