

# Kleine Hilfsmittel mit großer Wirkung

## Einlagen – die unterschätzte Therapie

*Jeder kennt sie, viele tragen sie täglich: die orthopädische Einlage. In Deutschland werden pro Jahr ca. sechs Millionen Paar verschrieben, vor allem bei unspezifischen Fußschmerzen und -beschwerden, seltener bei Rücken-, Hüft-, oder Knieproblemen. Einlagen haben Wirkung. Doch Vorsicht: Einlagen wirken immer, leider oft ungerichtet. Eine zielgenaue Alternative bieten sensomotorische Einlagen.*



### Das System Mensch

Der menschliche Körper ist ein Zusammenspiel aus Muskeln, Bändern, Knochen, Gelenken und Organen. Das eine kann nicht gesondert vom anderen betrachtet werden, es gibt immer eine Ursachen-Wirkungs-Beziehung, so der Ansatz der ganzheitlichen Medizin. Neueste wissenschaftliche Erkenntnisse bestätigen: Der gesamte Körper ist durch Faszi en verbunden, ein bindegewebsartiges Netzwerk. Funktionsstörungen an einer spezifischen Stelle im Körper können so zu Dysbalancen und Strukturschäden im gesamten Körper führen. In der Folge bedeutet dies auch: Jeder Eingriff, jede Maßnahme, jede Einwirkung von außen hat eine Auswirkung auf den Organismus.

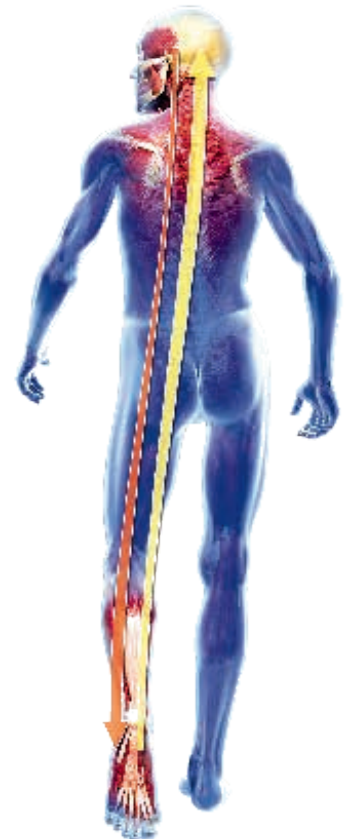
### Direkter Eingriff mit immenser Wirkung

Einlagen sind im Allgemeinen als Hilfsmittel unterschätzt. Denn Einlagen, egal welcher Art, wirken immer auf die Körperhaltung. Das große Missverständnis der letzten Jahre war: Einlagen betreffen

nur die Füße. Inzwischen weiß man, dass der gesamte Körper vernetzt ist. Daher stellen sämtliche Einlagen einen direkten Eingriff ins Bewegungsmuster dar und wirken auf das sensomotorische System (SMS). Die Einlagenversorgung ist eine immens wichtige Intervention.

### Konventionell oder sensomotorisch?

Nur ein gut trainierter Fuß ist auch ein gesunder Fuß. Und der Fuß ist die Basis für eine aufrechte Haltung, einen sicheren Gang und einen gesunden und schmerzfreien Bewegungsapparat. Herkömmliche konventionelle Einlagen stützen den Fuß bestenfalls. Diese Passiv-Funktion kann zur Folge haben, dass die Fußmuskulatur verkümmert, was sich negativ auf den gesamten Bewegungsapparat auswirkt. Sensomotorische Einlagen dagegen (z.B. von Medreflexx) stimulieren die Fußsohle. Durch individuell befüllbare Felder setzen sie gezielte Impulse und animieren den Körper, ständig Ausgleichsbewegungen auszuführen, ähnlich wie beim Barfußlaufen. Nicht nur die Fußmuskulatur, sondern



*Einlagen wirken nicht nur am Fuß, sondern auf den gesamten Bewegungsapparat.*

die gesamte Körpermuskulatur wird angesprochen. Dadurch lassen sich Dysbalancen beheben, Belastungen werden neu verteilt, Beschwerden gelindert – bis hin zur Schmerzfreiheit. Sensomotorische Einlagen stellen einen bewussten, zielgerichteten Eingriff dar, der im Lauf der Therapie auch verändert und angepasst werden kann.

### Sensomotorik in Medizin und Wissenschaft

„Einlagen werden oft schnell und nach unzureichender Diagnose verschrieben“, so Dr. Gregor Pfaff, Präsident der Gesellschaft für Haltungs- und Bewegungsforschung e.V. „Zumeist handelt es sich dabei um statische, konventionelle Einlagen, die meines Erachtens der Körperhaltung eher schaden anstatt eine Besserung zu erzielen. Hinzu kommt, dass das Rezept einfach im nächsten Sanitätshaus eingelöst wird und keine weiteren Verlaufskontrollen durchgeführt werden. Dabei hat jede Einlage eine Auswirkung auf das sensomotorische System!“ Das sieht auch Dr. Wolfgang Laube so. Der Sportmediziner und Autor des Standardwerks „Sensomotorisches System“ erklärt: „Verletzungen oder degenerative Erkrankungen des Muskels und der bindegewebigen Strukturen verändern das SMS. Die Folge sind Bewegungs- und Gelenkstörungen.“ Daher gehört die Einlagenversorgung unbedingt in ärztliche Hände und unter ärztliche Aufsicht. „Nur mit sensomotorischen Einlagen kann das immense Potenzial der Einlagenversorgung gezielt genutzt und differenziert eingesetzt werden – aber bitte immer vom Arzt kontrolliert“, ergänzt Laube.

### Echte Alternative zur OP

Eine Indikation zur Operation wird häufig schnell und ohne ausreichende konservative Therapieversuche gestellt. Auch wenn minimalinvasive Verfahren als relativ risikoarm gelten, so stellt eine Operation doch immer einen Eingriff dar. Erfahrungen von Ärzten und Patienten bestätigen, dass sensomotorische Einlagen eine echte Alternative zu schulmedizinischen Therapieansätzen darstellen, sogar zu einer OP. Das zeigt auch der Fall eines Münchner Künstlers: Der knapp 70-jährige Patient klagte über Knieschmerzen sowie einen Bandscheibenvorfall und konnte kaum noch laufen. Alle konventionellen Therapieversuche hatten nur kurzfristigen Erfolg, es wurde sogar eine Operation diskutiert. Bis er schließlich einen Ausweg fand: Die sensomotorischen Einlegesohlen von Medreflexx in Kombination mit Bewegungstherapie verhalfen dem Patienten nach nur drei Monaten zu einer deutlich verbesserten Lebensqualität. Heute kann er wieder schmerzfrei gehen, die angedachte Operation stellte sich als überflüssig heraus.

*Einlagen gibt es viele. Doch nur sensomotorische können das immense Potenzial der Einlagenversorgung gezielt nutzen.*



► Medreflexx GmbH  
Hesseloherstr. 5  
80802 München  
Tel.: 089/330 37 47-0  
info@medreflexx.de