



„KEINEN METER OHNE EINLAGE...“

Re-Start in ein aktives Leben mit sensomotorischer Einlagen-Therapie

Eine aktive Lebensführung ist der Schlüssel zur Gesundheit. Das ist heute bekannt. Wo ein Wille, da ein Weg? Nicht immer gelingt auch die Umsetzung. Zum Beispiel, wenn Schmerzen bereits den Alltag bestimmen. Wie bei Ute K. Sie fürchtete schon um ihren Job – bis sie mit sensomotorischen Einlagen den Weg zurück in ein normales Leben fand. Ein Leben voller Aktivität.

Ute K. war immer auf den Beinen. Ob in ihrem Job im Einzelhandel oder bei ihrem Liebingshobby, dem Walken. Vor über vier Jahren bereitete ihr ein kleiner Fleck am Ballen, unterhalb des Zehengrundgelenks, Schmerzen. Zwei Jahre und unzählige Arztbesuche später konnte sie kaum mehr laufen. „Ich bin ein wahnsinnig aktiver Mensch, ich liebe meinen Job, ich liebe Bewegung, ich liebe es, unterwegs zu sein“, erzählt die 50-Jährige. „Aber vor zwei Jahren konnte ich vor lauter Schmerzen kaum noch laufen – das war wirklich schlimm.“

Die Einlage, die aktiviert

Ihr Osteopath empfahl ihr einen Orthopäden in Würzburg, der auf Haltungs- und Bewegungstherapie spezialisiert ist. Nach ausführlicher Anamnese und einer 3-D-Wirbelsäulenvermessung wurden Ute K. sensomotorische Einlagen (von MedReflexx) verordnet. „Keinerlei weitere Maßnahmen, nur die Einlagen“,

erklärt Ute K. „Nach nur wenigen Wochen hatten sich meine Schmerzen deutlich verringert, heute bin ich fast schmerzfrei. Ich bin total erstaunt – für mich sind die Einlagen wie eine Wunderwaffe!“

Kleine Hilfsmittel mit großer Wirkung

Sensomotorische Einlagen sind kleine orthopädische Hilfsmittel, doch sie bewirken weit mehr, als die Klassifizierung vermuten lässt: Sie haben Auswirkungen auf das gesamte sensomotorische System. Als Sensomotorik bezeichnet man das Zusammenspiel von sensorischen und motorischen Leistungen des Nervensystems. Die Wahrnehmung des Reizes durch ein Sinnesorgan und das motorische Verhalten stehen dabei in einem direkten Zusammenhang. Diese Wirkprinzipien macht sich die sensomotorische Einlage zunutze. Die individuell befüllten Polster der MedReflexx-Einlage setzen ganz gezielte Reize über die Fußsohle.

Diese Reize werden über Faszien und Muskelketten durch den gesamten Körper transportiert und erreichen das zentrale Nervensystem, das mit entsprechender Rückmeldung reagiert. Indem Fehlbelastungen und Fehlstellungen umverteilt und korrigiert werden, können Dysbalancen und Schmerzen im Körper aufgelöst werden.

Gezielte Wirkung

Sensomotorische Einlagen aktivieren 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 angepasst werden können. Angepasst an veränderte muskuläre Erfordernisse und Notwendigkeiten. Im Fall von Ute K. ein Segen: „Ich war mehrere Male bei meinem Orthopäden, weil ich immer wieder spürte, wo die Füllung zu viel oder zu wenig

war. Mein Arzt hat mich schon als Prinzessin auf der Erbse bezeichnet“, schmunzelt sie. Nur wenige Patienten sind dabei so feinfühlig wie Ute K. In jedem Fall sollten regelmäßige Kontrolltermine als wichtiger Therapiebestandteil angesehen und genutzt werden. Nur so kann der behandelnde Therapeut eine ganz gezielte und individuelle Versorgung gewährleisten.

Schmerzfrei ohne OP

Ute K. hatte im Alter von 25 Jahren eine Hallux-valgus-OP, bei der ein keilförmiges Stück Knochen am großen Zeh entfernt wurde. Sie und ihr jetziger Orthopäde vermuten darin die Ursache der Jahre später auftretenden Fußschmerzen. „Einer der Ärzte, den ich auf meinem Leidensweg aufgesucht habe, wollte mir sogar einfach die anderen vier Zehen kürzen“, entrüstet sie sich. Heute kann Ute K. wieder ein normales Leben führen. Ohne OP und ohne Schmerzen. Leichtfüßig startet sie in ihre tägliche Walking-Runde. Aus eigener Erfahrung weiß sie, dass nur ein aktiver Lebensstil auf Dauer gesund hält. Und die Einlagen unterstützen sie dabei. „Ohne Einlagen gehe ich gar nicht mehr aus dem Haus!“

Der Fuß im Zentrum

Die Bedeutung der Sensomotorik betont auch die Gesellschaft für Haltungs- und Bewegungsforschung e.V. (GHBF). „Der Fuß spielt dabei immer eine tragende Rolle“, erklärt Dr. Gregor Pfaff, Präsident der GHBF. „Die klinische Erfahrung bestätigt, dass sensomotorische Einlagen ein wichtiger Bestandteil einer multimodalen Schmerzthera-

pie sein können.“ Die GHBF trägt daher mit ihrem Kursangebot Sorge für die qualifizierte Ausbildung von Experten für Haltungs- und Bewegungstherapie. „Wir sehen unsere Aufgabe darin, über den Tellerrand hinauszuschauen, die tatsächlichen Ursachen für Schmerzen zu diagnostizieren und zuallererst das gesamte konservative Spektrum auszuschöpfen. Eine OP sollte das letzte Mittel sein.“

► MedReflexx GmbH
Hesseloherstr. 5
80802 München
Tel.: 089/3303747-0
info@medreflexx.de
www.medreflexx.de

Spezialisten für sensomotorische Arzteinlagen und Haltungs- und Bewegungsdiagnostik in Ihrer Nähe:

MedReflexx: Individuelle Einlage – veränderbare Befüllung



- Nach der ärztlichen Untersuchung am Fuß wird die Einlage individuell befüllt.
- Durch ein spezielles Verschlusssystem kann die Füllung aus Naturkautschuk immer wieder verändert werden.
- So ersetzt die MedReflexx-Einlage mehrere traditionelle Einlagen.