



# Alles Gute kommt von UNTEN

Neue Therapie mit sensomotorischen Einlagen

*Frank Maier\* blickt zurück auf eine lange Odyssee von Arztpraxis zu Arztpraxis. Rückenprobleme, Bandscheibenvorfall, Nervenwurzel-Entzündung, ausgekugelttes Hüftgelenk – unerträgliche Schmerzen veranlassten ihn, eine ganze Reihe ebenso unerträglicher Maßnahmen über sich ergehen zu lassen. Nichts half langfristig. Bis er einen Ausweg fand: Seit der Therapie mit sensomotorischen Einlagen kann Frank seinen Alltag wieder fast schmerzfrei leben.*

„**E**igentlich haben meine Ärzte einfach immer nur die Schmerzen betäubt, aber eben nicht die Ursache meiner Beschwerden behoben“, erzählt Frank. Zuletzt wurden ihm im Abstand von vier Wochen Schmerzmittel gespritzt, sogar direkt in den Nervenkanal. „Das hat sich angefühlt, als würde ein Blitz in das Bein einschlagen. Da wusste ich: So kann es einfach nicht weiter gehen.“ Von einem Kollegen erfuhr er von der Therapiemöglichkeit mit speziellen Einlagen und machte sofort einen Termin bei einem dafür ausgebildeten Orthopäden. „Nach einer ausführlichen Anamnese und der Schilderung meiner Vorgeschichte war der Orthopäde ebenfalls der Meinung, dass eine sensomotorische Einlagen-Therapie das Richtige für mich wäre“, so der 51-jährige Bundeswehr-Angehörige weiter. Nachdem die Einlagen (MedReflexx) angepasst waren, musste sich Frank eine Weile daran gewöhnen. „Das war im Februar dieses Jahres. Nach vier Wochen war mein Zustand schon so, dass ich gut damit leben konnte. Jetzt bin ich fast schmerzfrei.“

## Schmerz und Ursache weit voneinander entfernt

Häufig werden Schmerzbilder rein symptomatisch behandelt. Der behandelnde Orthopäde Dr. Helmut Albert fordert: „Wir müssen weg von der ‚Da-wo’s-weh-tut-Medizin‘! Unsere Körpergesundheit ist als Ganzes zu betrachten. Der gesamte Bewegungsapparat ist durch Faszienewebe und Muskelketten vernetzt. Durch Störungen an einer bestimmten Stelle, zum Beispiel durch Über- oder Unterbelastung, einen Unfall oder auch durch angeborene Fehlstellungen entstehen Dysbalancen, die sich an einer ganz anderen Stelle im Körper in Schmerzen manifestieren können.“ Umgekehrt lässt sich dieses System nutzen, um die Körperstatik wieder ins Lot zu bringen. Als Regulator dient ein Körperteil, dem wir im Allgemeinen nicht viel Aufmerksamkeit schenken: der Fuß.

## Nach dem Vorbild der Natur

Der Fuß ist unsere Basis. Er trägt uns überall hin, auf ihm stehen wir, auf ihm gehen

wir. Mit 26 Knochen, rund 30 Muskeln und Sehnen, 33 Gelenken, mehr als 100 Bändern und über 70.000 Nervenendigungen ist er ein hochkomplexes Wunderwerk der Natur. Eine trainierte Fußmuskulatur aktiviert die gesamte Körperspannung und sorgt für eine aufrechte Körperhaltung. Verschiedene Faktoren führen heute dazu, dass unsere Fußmuskulatur verkümmert: enges Schuhwerk, harte oder gleichförmige Untergründe und mangelnde Bewegung. Sensomotorische Einlagen von MedReflexx stimulieren die Fußsohle ähnlich wie das Barfußlaufen. Der Fuß muss permanent Ausgleichsarbeit leisten, was die Fußmuskulatur trainiert. Gleichzeitig bekommt die Fußsohle neue Reize, die über Faszien, Muskelketten und das zentrale Nervensystem ins Gehirn transportiert werden, welches wiederum eine entsprechende Rückkopplung einleitet und die übrige Körpermuskulatur gezielt ansteuert. Der Fuß wird wieder gefordert und davon profitiert die gesamte Körpergesundheit! Durch dieses sensomotorische Prinzip können Belastungen umverteilt, Dysbalancen ausgeglichen und Schmerzen gelindert und

geheilt werden. Das bestätigt auch Frank Maier: „Mir geht es viel besser! Außerdem merke ich, dass ich auf den Einlagen ganz anders gehe und stehe und dass ich unter körperlicher Belastung viel stabiler aufgestellt bin.“

### Erfolgreiche Therapie braucht Zeit

Ausgebildete Experten für Haltungs- und Bewegungstherapie legen Wert auf eine intensive Arzt-Patienten-Beziehung. Dazu gehört vor allem eine ausführliche Anamnese. Je nach Krankheitsbild können auch eine differenzierte Diagnostik wie eine 3D-/4D-Wirbelsäulenvermessung, Fußdruckmessungen oder andere technische Hilfsmittel zum Einsatz kommen. Die Konsequenz ist dann eine ganz individuelle Therapie. „Oft ist eine multimodale Therapie sinnvoll“, so der Orthopäde Dr. Albert aus Schweich bei Trier. „Bausteine können manuelle Therapien, Krankengymnastik, ein spezielles Bewegungsprogramm und eben auch die Einlagenversorgung sein. Der Therapieerfolg braucht Zeit und der Patient muss aktiv mitarbeiten.“ Sein Patient Frank Maier musste sich erst an die Einlagen gewöhnen. „Am Anfang hat es sich tatsächlich angefühlt, als würde ich auf Kieselsteinen gehen“, erinnert er sich. „Umgekehrt merke ich es heute sofort, wenn ich die Einlage mal nicht im Schuh habe – ich trage sie deshalb, wann immer es möglich ist.“

### Gute Einlagen lassen sich verändern

Frank trägt noch die erste Einlage, mittlerweile aber mit einer geänderten Befüllung. „Anhand eines Muskeltests werden zu Beginn der Therapie, aber auch therapiebegleitend, verschiedene Areale der Fußsohle ausgetestet. Die veränderbaren Polster der Einlagen können daraufhin individuell befüllt werden“, erklärt Dr. Albert. „Es ist wichtig, die Einlagen im Laufe der Therapie an die veränderte muskuläre Situation am Fuß anzupassen.“ Eine Änderung der Stimulation ist mit den meisten Einlagen nicht möglich, daher müssen neue Einlagen angefertigt werden. Nur bei den sensomotorischen Einlagen von MedReflexx ist eine Änderung beliebig oft möglich, daher lassen sie sich sowohl besonders zielgerichtet wie ökonomisch einsetzen.

Auch im Fall von Frank Maier hat die sensomotorische Einlagentherapie sehr gut geholfen. Er leidet unter einem Beckenschiefstand, einer leichten Skoliose, einer Verknöcherung der Übergänge zwischen den Bandscheiben, einer Verengung des Spinalkanals – oft kommen viele Krankheitsbilder zusammen. Diese und auch andere Beschwerdebilder wie Kopf-, Nacken-, Hüft-, Knie- oder Fußschmerzen können von ausgebildeten Experten für Haltungs- und Bewegungstherapie in vielen Fällen erfolgreich konservativ, ohne Operation, aufgelöst werden. „Wir sollten den Fuß tatsächlich wieder viel mehr in das Zentrum der Aufmerksamkeit rücken, um das riesige Potenzial der konservativen Orthopädie voll auszuschöpfen. Ein einfacher Griff in den Medikamentenschrank sollte unseren Ansprüchen als Ärzte und Therapeuten nicht genügen“, so Dr. Albert. Das Ergebnis gibt ihm recht: Nach jahrelangem Schmerz und unzähligen Injektionen ist Frank heute endlich schmerzfrei. Dank sensomotorischer Einlagen.



*Sensomotorische Einlagen von MedReflexx können bei allen Arten von Bewegungsschmerz helfen. Sie werden individuell von speziell ausgebildeten Ärzten und Therapeuten angepasst und können im Therapieverlauf verändert werden.*

### Ausgebildete Spezialisten für Haltungs- und Bewegungstherapie in Ihrer Nähe: