

NEUE LEBENSQUALITÄT

Mit sensomotorischer Einlagen – Therapie gegen den Bewegungsschmerz

Sommerzeit, Outdoor-Zeit. Laufen, Wandern, Radeln. Was für manche Menschen puren Freizeitspaß bedeutet, ist für andere unvorstellbar. Grund dafür sind quälende Schmerzen im Bewegungsapparat. So auch für Volker Schmidt. Der 75-Jährige kämpfte gegen eine ganze Menge Beschwerden, die mit dem Älterwerden auftraten, wie Rücken-, Knie- und Fußschmerzen. „Ich war immer aktiv! Es war schrecklich für mich, dass ich auf einmal so viele Zipperlein bekam, die mich so sehr einschränkten.“ Durch eine Therapie mit sensomotorischen Einlagen ist der eigentlich rüstige Rentner heute wieder so gut wie schmerzfrei. „Das ist für mich Lebensqualität!“*

GESUNDHEIT BEGINNT AM FUSS

Dr. Cyrus Sami ist Sportmediziner und Experte für Haltungs- und Bewegungsdiagnostik in München. Sein Credo: Bewegungsschmerzen müssen nicht sein. „In meiner Praxis stellen sich immer wieder Patienten vor, die unter Rückenschmerzen, Kopfschmerzen, Fuß-, Knie- oder Hüftproblemen leiden. Die meisten davon haben viele Therapien

hinter sich, ohne dass eine langfristige Besserung der Beschwerden aufgetreten wäre“, so der Mediziner. „Zurzeit müssen wir uns leider mit vielen Dingen arrangieren. Aber nicht zwingend mit Schmerzen im Bewegungsapparat! Sie können sehr wirksam und schonend therapiert werden. Die Therapie beginnt oft beim Fuß und braucht die regelmäßige Kontrolle durch einen spezialisierten Arzt.“

SCHMERZFREI DURCH SENSOMOTORISCHES WIRKPRINZIP

Bei der sensomotorischen Einlagen-Therapie mit MedReflexx werden gezielte Reize auf bestimmte Areale der Fußsohle gesetzt. Diese Signale werden über Muskelketten und Faszien durch den gesamten Körper transportiert. Über eine entsprechende Rückkopplung sorgt das Gehirn dafür, dass

die verantwortliche Muskulatur korrekt angesteuert wird. Dysbalancen werden behoben, Lasten umverteilt, Fehlstellungen behoben. „Die Ursachen für funktionelle Störungen können sehr vielschichtig sein“, erklärt Dr. Sami. „Sie können durch Fehlbelastungen, Schonhaltung, angeborene Fehlstellungen und Haltungsfehler hervorgerufen werden.“ MedReflexx-Einlagen sind ideal geeignet, solche Probleme ohne Operation zu therapieren.

AUFRECHTE KÖRPERHALTUNG FÜR POSITIVES LEBENSGEFÜHL

Die Einlagen haben zusätzlich einen positiven Einfluss auf die gesamte Körperhaltung. Viele Patienten berichten von einer spürbaren Aufrichtung, einer verbesserten Gangsicherheit und insgesamt mehr Körperspannung. Dr. Gregor Pfaff ist Orthopäde und Gründungsmitglied der Gesellschaft für Haltungs- und Bewegungsforschung. Dr. Pfaff ist überzeugt: „Sensomotorische Einlagen können nicht nur in der Therapie, sondern auch zur Prävention, zur allgemeinen Gesunderhaltung, einen wesentlichen Beitrag leisten“, erklärt er. „Wir alle kennen das: Eine aufrechte Körperhaltung verbessert unser allgemeines psychisches Wohlergehen, und umgekehrt. Eine positive Geisteshaltung trägt wesentlich zu einer sogenannten Resilienz bei. Diese psychische Widerstandsfähigkeit kommt uns wiederum in unsicheren Krisenzeiten zugute.“

KONSERVATIV BEDEUTET INNOVATIV

Dr. Pfaff vertritt außerdem die Ansicht, dass Patienten heute viel zu schnell zu einer Operation angeraten werde. Konservative Therapien sollten immer das erste Mittel der Wahl

sein. „Das sind häufig manuelle Techniken, die man z. B. mit anderen physiotherapeutischen oder osteopathischen Techniken sowie komplementärmedizinischen Ansätzen kombinieren kann. Eigentlich alles, was den Körper anregt, seine Selbstheilungskräfte zu mobilisieren.“ Auch sensomotorische Einlagen können Teil einer solchen multimodalen Therapie sein. Volker Schmidt ist seit seiner Therapie wieder schmerzfrei – und fit. „Der Sommer kann kommen. Ich freue mich schon aufs Wandern und auf Radeln! Lebensqualität für mich? Bewegung ohne Schmerzen!“

*Name von der Redaktion geändert

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.

