



## Die Gesundheit auf die Füße stellen

*Propriozeptive Einlagen sorgen für Wohlergehen von Kopf bis Fuß*

*Unsere Füße machen es möglich, dass wir aufrecht stehen und gehen und uns gezielt fortbewegen können, ohne dass wir dabei das Gleichgewicht verlieren. Außerdem liefern sie uns wichtige Informationen über den Untergrund, auf dem wir uns befinden, sowie über unsere Körperhaltung. Damit spielen sie eine wichtige Rolle für unseren „Muskel- oder Tiefensinn“, den manche Mediziner auch als den sechsten Sinn unseres Körpers bezeichnen.*

**S**o komplex und vielschichtig der Informationsfluss ist, der permanent von unseren Fußsohlen in unser Gehirn strömt, so gravierend können sich Störungen jeglicher Art auswirken. Leider sind unsere Füße so empfindlich, dass Fehlstellungen und Muskelschwächen keine Seltenheit sind. Die wohl bekanntesten Beispiele dafür sind Senk- und Plattfüße. Oft kommt es durch Fehlbildungen dieser Art zu weitreichenden Folgen und Reaktionsketten, die möglicherweise zu Beckenschiefständen, Kiefergelenkbeschwerden, Ohrgeräuschen und Schwindel führen.

### **Neue Zusammenhänge werden sichtbar**

Um den Beschwerden und Schmerzen auf den Grund zu gehen, untersuchen speziell ausgebildete Ärzte die Symptommuster von Kopf bis Fuß. Die manuelle und osteopathische Befund-

aufnahme wird durch neurologische Tests, Gleichgewichts-, Zahn- und Kiefer- sowie Haltungsdagnostik ergänzt. In der Regel wird zusätzlich durch eine 3-D-Wirbelsäulenvermessung die Körperhaltung, Beckenstellung und Muskelspannung analysiert. Auf diese Weise lassen sich Wechselwirkungen aufzeigen, die bei einer rein monokausalen Sichtweise überhaupt nicht ins Blickfeld geraten würden. Diese Zusammenhänge umfassen nicht selten schwache Füße, Beinachsenfehler und Knorpelschmerzen hinter der Kniescheibe sowie Dysbalance in der Brustwirbelsäule mit verstärktem Rundrücken, Ermüdungsschmerz im Nacken, einseitigen Fehlbiss und Kopfschmerzen.

### **Propriozeptive Einlagen aktivieren sensomotorische Potentiale**

Eine entsprechende ganzheitliche, funktionelle Arztuntersuchung schafft die

Voraussetzung für eine Therapie, die den Ursachen der Beschwerden von Grund auf zu Leibe rückt. Diese beginnt sinnvollerweise an der Basis, also an den Füßen. So lassen sich durch spezielle propriozeptive Einlagen sensomotorische Potentiale wiedererwecken, die bislang vernachlässigt wurden. Sie unterscheiden sich deutlich von herkömmlichen Schuheinlagen, die häufig zu hart sind und dem Fuß nicht erlauben, elastisch auf Druck- oder Biegebelastungen im physiologischen Abrollverhalten zu reagieren. Außerdem wird die Ausbildung einer kräftigen Fußmuskulatur durch die passive Stützung der Fußgewölbe verhindert. Eine völlig andere Wirkung erzielen dagegen die sensomotorischen Einlagen. Sie sprechen durch die Aktivierung von definierten Regionen Muskelketten an und wirken auf den Tiefensinn der Fußmuskulatur ein. Dabei bleiben die Muskelbäuche der Fußsohle frei, während ausschließlich Sehnenzü-

ge und Sehenscheiden durch Druckpolster stimuliert werden. Indem die Muskelketten von Streck- und Beuge-sehen aktiviert werden, lassen sich Haltungsprobleme, vermeintliche Beckenschiefstände sowie Achsabweichungen im Kniegelenk günstig beeinflussen. Darüber hinaus können Bissstörungen, Kiefergelenksbeschwerden und in manchen Fällen sogar Kopfschmerzen verringert werden.

### Einsatz auch bei Kindern

Propriozeptive Einlagen können bereits im Kindes- und Jugendalter dazu dienen, die Fußstellung und Körperwahrnehmung zu verbessern. Vor allem als Begleitung von Krankengymnastik sowie von ergo- und logotherapeutischen Therapiemaßnahmen erweisen sie sich vielfach als sinnvoll. Auf diese Weise wird eine wichtige Voraussetzung dafür geschaffen, Haltungsfehler sowie damit verbundene Spätfolgen wie z. B. Kniegelenksarthrosen, Bandscheiben- und Wirbelgelenksabnutzungen oder chronische Muskelverspannungen zu vermeiden.

### Verändertes Arzt-Patienten-Verhältnis

Anders als es bei einer rein symptomatischen Betrachtungsweise der Fall ist, verlangt ein ganzheitliches Therapieverständnis eine durch Kooperation geprägte Arzt-Patienten-Beziehung. Um größere funktionelle Zusammenhänge zu erfassen, ist nicht zuletzt eine besondere Mitarbeit des Patienten erforderlich. Dieser muss vor allem seine Sensibilität schulen und lernen, auf die Signale seines Körpers zu achten. Nur so ist eine wirklich effiziente Diagnostik möglich, die sich niemals allein auf eine reine „Apparatemessung“ stützen kann. Andererseits muss auch der Arzt die Bedürfnisse und Reaktionen seines Patienten ernst nehmen. Das allein schafft die Voraussetzung dafür, dass sich das individuelle Optimum der therapeutischen Möglichkeiten entfalten kann.

von Klaus Bingler

## Spezialisten für Haltungs- und Bewegungsdiagnostik in Ihrer Nähe:

ANZEIGE

### PLZ 0

Rayk Gläser • Orthopädische Praxis  
Meißner Str. 82b • 01558 Großenhain  
Tel.: 03522 - 50 49 51 • Fax: 03522 - 50 49 52

Dr. Andrea Theinert • FA f. Orthopädie / Chirotherapie  
Robert-Koch-Str. 28 • D-01589 Riesa  
Tel.: 03525 - 63 33 73 • www.dr-theinert.de

Robby Schlund • Orthopädische Praxis  
Jägerstr. 3 • D-07548 Gera  
Mobil: 0172 - 36 17 551 • Fax: 03641 - 22 499 19

### PLZ 1

OA Dr. Kurt Haariß • Klinik „Helle Mitte“ GmbH Berlin  
Alice-Salomon-Platz 2 • D-12627 Berlin  
Tel.: 030 - 99 40 18 47 • www.klinik-helle-mitte.de

### PLZ 2

Dr. med. D. von Törne  
Große Bleichen 30 • D-22354 Hamburg  
Tel.: 040 - 88 88 07 90

Dr. Lutz Reuter  
Neuroorthopädisches Krankenhaus Soltau  
Tel.: 05191 - 800 210

### PLZ 3

Dr. Franz Josef Schnittker • Orthopädische Praxis  
Lagische Str. 9-13 • D-32657 Lemgo  
Tel.: 05261 - 94 74 01 • Fax: 05261 - 94 74 49

Dr. Stephan Lückel • Orthopäde, Chiroth., Akupunktur  
Wall 4 • 32756 Detmold  
Tel.: 05231 - 244 48 • Fax: 05231 - 244 42

Dr. med. Jürgen Beck  
Wallenfelstr. 1 • D-35649 Bischoffen  
Tel.: 06444 - 924 00 • www.vitalpraxis.org

Ludwig Nöring • Orthopädische Praxis  
Heiligenstädter Str. 51 • 37327 Leinefelde  
Tel.: 03605 - 50 99 23 • praxis.noering@t-online.de

### PLZ 4

Dr. G. Allerkamp-Brünger & Dr. Dr. A. Brünger  
Allgemeinmedizin und Naturheilverfahren  
Schloßbleiche 12 • 42103 Wuppertal • Tel.: 0202-4507 07

Dr. Konrad Polinski • Orthopädie & Sportmedizin  
Märkische Str. 87 • D-44141 Dortmund  
Tel.: 0231 - 475 68 68 • www.corpo-med.de

Dr. med. Klaus Ziegner und Partner  
Hangweg 17-19 • D-44575 Castrop-Rauxel  
Tel.: 02305 - 96 76 - 0

Dr. D. Preun • Orthopädie, Chirotherapie, Akupunktur  
Brassertstr. 97b • D-45768 Marl  
Tel.: 02365 - 20 66 44 • Fax: 02365 - 20 66 88

Dr. Michael Rosenkranz • Orthopädische Praxis  
Blumenstr. 6 • D-46236 Bottrop  
Tel.: 02041 - 68 77 27 • Fax: 02041 - 68 99 91

Dres. Swart und Di Maio • Fachärzte für Orthopädie  
Vluynier Nordring 1 • D-47506 Neukirchen-Vluyn  
Tel.: 02845 - 79 45 45 • Fax: 02845 - 79 45 47

Dr. L. Mackenschins • Orthopädie, spez. Schmerztherapie  
Rheinstr. 60 • D-47799 Krefeld  
Tel.: 02151 - 63 35 - 0 • www.orthopaede-krefeld.de

### PLZ 5

Dr. Janusz Pieczykolan • Praxisklinik in den Arkaden  
Vorgebirgstr. 118 • D-50969 Köln  
Tel.: 0221 - 36 90 02 • Fax: 0221 - 360 54 25

Dr. med. Reinhard Schmidt • Sportmedizin  
Luisenstr. 16 • D-53604 Bad Honnef  
Tel.: 02224 - 23 21 • Fax: 02224 - 93 14 94

Dr. R. Flock • Orthopädie, Chirotherapie, Akupunktur  
Hagener Str. 44 • D-58642 Iserlohn-Letmathe  
Tel.: 02374 - 36 99 • Fax: 02374 - 16 92 49

### PLZ 6

Dr. Götz • Orthopädie, Rheumatologie, Chirotherapie  
Holzhausenstr. 81 • D-60322 Frankfurt  
Tel.: 069 - 59 79 69 01 • Fax: 069 - 59 79 69 02

Dr. med. Rolf Daume  
Hessenring 64 • D-61348 Bad Homburg  
Tel.: 06172 - 92 86 71 / - 72 • daume@doktordaume.de

Dr. Ulrike Hill  
Moserstr. 29 • D-64285 Darmstadt  
Tel.: 06151 - 601 10 69 • www.praxis-hill.de

Christian Ludwig • Praxis für Hand- und Fußchirurgie  
Waldhofstr. 204 • D-68169 Mannheim  
Tel.: 0621 - 30 20 31 • ch.ludwig@cmhf.de

### PLZ 7

Dr. Frank O. Steeb • Arzt f. Orthopädie, Chirotherapie  
Arlbergstr. 38 • D-70327 Stuttgart  
Tel.: 0711 - 33 99 91 • www.dr-steeb.de

Ulrich Hannemann • Arzt f. Orthopädie & Chirotherapie  
Adlerstr. 14 • D-72461 Albstadt-Tailfingen  
Tel.: 07432 - 983 77 60 • Fax: 07432 - 983 77 77

Dr. med. Uhli Hinderberger  
Wetzgauer Str. 73 • D-73557 Mutlangen  
Tel.: 07171 - 77 05 77 • Fax: 07171 - 77 07 03

Dr. med. Gerhard Schömer  
Hausener Str. 24 • D-74336 Brackenheim  
Tel.: 07135 - 98 23 - 0 • www.dr.schoemer.de

Frau Dr. med. C. Weber • Praxisklinik 2000  
Wirthstr. 11 a • D-79110 Freiburg  
Tel.: 0761 - 76 76 74 0 • www.orthopaedin-weber.de

### PLZ 8

Dr. med. Gregor Pfaff  
Haimhauser Str. 1 • D-80802 München  
Tel.: 089 - 33 04 03 03 • Fax: 089 - 33 04 03 05

Dr. med. Dietrich Kornasoff  
Kaiserstr. 26 • D-80801 München  
Tel.: 089 - 39 60 15 • www.kornasoff.de

Dr. Manfred Liepold  
Römerstr. 44 • 85072 Eichstätt  
Tel.: 08421 - 900 39 90 • Fax: 08421 - 900 39 91

Dr. Sommerfeld • Spez. Bandscheiben- & Arthroseh.  
Augustenfelder Str. 1 • 85255 Dachau  
Tel.: 08131 - 73 59 96 • Fax: 08131 - 66 89 33

### PLZ 9

Dr. Jung • Orthopäde, Medizinische Kräftigungstherapie  
Zerzabelshofstr. 29 • D-90478 Nürnberg  
Tel.: 0911 - 946 94 66 • Fax: 0911 - 946 94 60

Dr. Stumptner • Orthopädie, Phlebologie, Chirotherapie  
Nürnberg Tel. 0911-237 54 70 • Pegnitz Tel. 09241-704 00  
www.dr-stumptner.de • info@dr-stumptner.de

Herr Dr. med. Matthias Hofmann  
Schwimmbadstr. 9 • D-92421 Schwandorf  
Tel.: 09431 - 41 02 41 • Fax: 09431 - 41 02 49

Dr. Konrad Krenn • Orthopädische Praxis  
Neustifter Str. 55 • D-94036 Passau  
Tel.: 0851 - 872 72 • Fax: 0851 - 810 65

Weitere spezialisierte Ärzte nennt Ihnen:

Medreflex-Therapiekonzepte GmbH, Hesselherstr. 6, 80802 München, Tel.: 089 - 38 79 98 84