

# „Ich bin wieder völlig schmerzfrei!“

## Wie sensomotorische Einlagen Patienten mit Rückenbeschwerden helfen

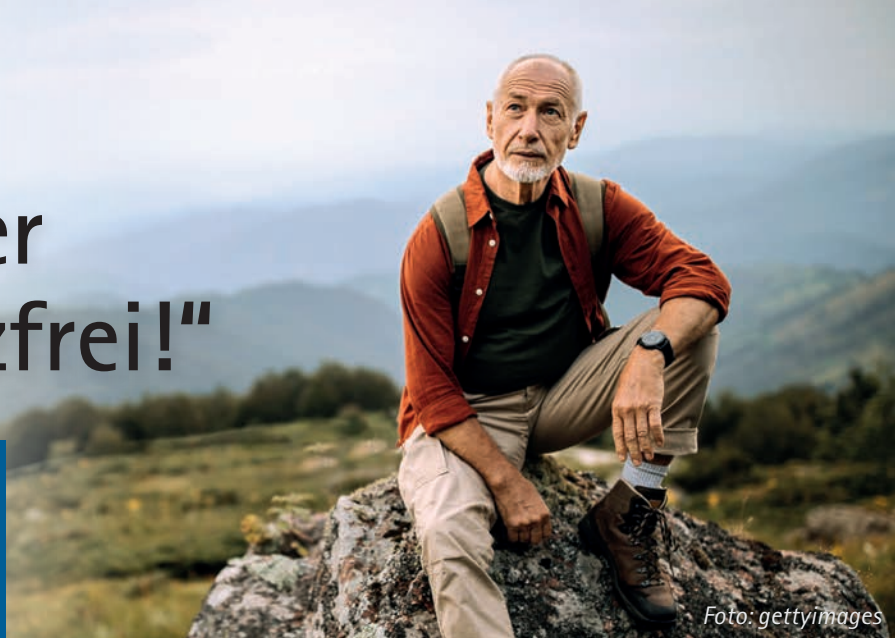


Foto: gettyimages

*Georg W., 75 Jahre alt, ist das, was man gemeinhin als rüstigen Rentner beschreiben würde: interessiert, vital, und unternehmungslustig. Früher war er im Bankwesen tätig, wo er überwiegend saß; als Ausgleich war er in seiner Freizeit viel in Bewegung. Sein ständiger Begleiter waren allerdings auch die Rückenschmerzen, die einfach nicht verschwinden wollten. Bis er eine Therapie mit den sensomotorischen Einlagen von MedReflexx begann ...*

### Immer in Bewegung – trotz Schmerzen

„Bewegung war schon immer sehr wichtig für mich“, sagt Georg W. „Früher habe ich Volleyball und Tennis gespielt, nach der Arbeit bin ich immer an der Donau gejoggt oder mit dem Hund spazieren gegangen.“ Nach seiner Pensionierung ist er in den Schwarzwald umgezogen; mit seiner Frau, einer Gymnastiklehrerin, geht er heute gerne wandern und genießt seinen Ruhestand in vollen Zügen. Auch weil er inzwischen die Schmerzen los ist, die ihn über Jahrzehnte im Rücken und in den Füßen plagten. Sein früherer Arzt hatte ihm, aufgrund seiner bestehenden Neigung zu X-Beinen, klassische passive, feste Einlagen verschrieben: „Sie müssen eben Einlagen tragen!“, war die schlichte Erklärung. Was Georg W. auch tut, 30 Jahre lang. „Man hat ja keine Ahnung. Ich dachte, das wird schon passen“, erläutert Georg W. Seine Frau war von Anfang an eher skeptisch - erst recht, als die Schmerzen in den Füßen und im Rücken bleiben. „Eine Linderung brachten diese o8/15-Einlagen tatsächlich nicht.“ Auch beklagt Georg W. deren Tragekomfort: „Mit der Zeit sind die Einlagen immer so hart geworden und ich brauchte neue.“

### Kombinierte Therapie aus Einlagen und Übungen

Durch den Wohnortwechsel ist Georg W. auf der Suche nach einem neuen Orthopäden, der ihm die gewohnten Einlagen verschreiben sollte, und stellt sich bei Dr. Michael Rautmann in Villingen-Schwenningen vor. Nach umfangreicher Anamnese und Untersuchung diagnostiziert der Arzt bei seinem Patienten Spreizfüße mit einem Hallux Valgus und Beschwerden im Bereich der Fußwurzel. Auch in den Kniegelenken sind Zeichen einer beginnenden Arthrose zu sehen. Die Untersuchung des Rückens zeigt schmerzbedingte Bewegungseinschränkungen bei einer bestehenden Skoliose. Das angefertigte Röntgenbild offenbart zudem einen Verschleiß der Bandscheibe zwischen den Lendenwirbeln drei und vier mit Arthrose in den kleinen Wirbelgelenken. Um die Schmerzen im Fußgewölbe sowie im Rücken zu lindern, empfiehlt Dr. Rautmann die sensomotorischen Einlagen von MedReflexx, die individuell nach den Bedürfnissen des Patienten angepasst werden. Ergänzend zur Einlagentherapie empfiehlt er ihm eine Reihe von Übungen, die er begleitend durchführen soll, um die Fußmuskulatur zusätzlich zu stärken.

### So wirken sensomotorische Einlagen

Im Gegensatz zu den rein stützenden, passiven Einlagen wirken MedReflexx-Einlagen stimulierend auf die Fußmuskulatur: „Ich verschreibe diese Einlagen seit vielen Jahren aus Überzeugung, auch weil sie meiner Erfahrung nach bei vielen Beschwerden deutlich effektiver sind als herkömmliche, feste Stützeinlagen.“ Die Stimulation der Fußsohle über die individuell befüllten Therapieareale ist, vergleichbar mit dem Barfuß-Laufen auf einem unebenen Untergrund – nur eben gezielt in der richtigen Dosierung. Diese Reize werden über das Nervensystem zum Gehirn weitergeleitet. Das Gehirn sendet als Rückkopplung neue Impulse zur Aktivierung der Fußmuskulatur. Über das Netzwerk von Muskelketten und Faszien, sorgt die neue Ansteuerung der Fußmuskeln für ein verändertes Gangmuster und Aufrichtung des gesamten Körpers. Für Schmerzen im Bewegungsapparat bedeutet das: Fehlstellungen können behoben, Belastungen neu verteilt und muskuläre Dysbalancen ausgeglichen werden – was letztlich einhergeht mit einem Ende der Schmerzen.



### Nach wenigen Monaten waren die Schmerzen weg

Georg W. trägt die neuen Einlagen sofort mit großer Begeisterung: „Das ist eine ganz andere Welt, die Einlagen sind sym-

pathisch und so schön flach, genau auf meine Fußwelt eingestellt!“ Tatsächlich sind die Einlagen von MedReflexx weich, flexibel und haben dadurch einen hohen Tragekomfort. Nach wenigen Monaten, in denen Georg W. auch regelmäßig die begleitenden Übungen gemacht hat, hat er keine Beschwerden mehr und kann sich auch über eine Verbesserung des Hallux Valgus freuen. Orthopäde Dr. Rautmann fühlt sich einmal mehr bestätigt: „Mit den sensomotorischen Einlagen erzielt man bei Fußmuskelschwächen, die zu körperlichen Dysbalancen führen und sich negativ auf den gesamten Bewegungsapparat auswirken, sehr gute Erfolge. Sie sind eine effektive Lösung, weil sie den Spreizfuß stützen und zugleich die Fußmuskulatur aktiv stimulieren.“ Auch Patient Georg W. ist begeistert: „Was für ein glücklicher Umstand, dass ich zu Dr. Rautmann gekommen bin!“ freut sich Georg W. über seine anhaltende Schmerzfreiheit und ist, wen wundert's, aktiver denn je.

**Ausgebildete Spezialisten für Haltungs- und Bewegungsdiagnostik in Ihrer Nähe:**