

# „Meinen Füßen geht es endlich wieder gut!“

## Wie sensomotorische Einlagen Patienten mit Hallux valgus helfen

Gaby F. (67) aus Kassel leidet unter einem beidseitigen Hallux valgus, seitdem sie 25 ist. Schicke Schuhe sind für sie tabu. Als die Beschwerden im Alter schließlich extremer werden, sucht die pensionierte Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie Hilfe bei einem Haltungs- und Bewegungsexperten, der ihr die sensomotorischen Einlagen von MedReflexx verschreibt. Die Einlagen verändern ihr Leben.

Das Thema Füße ist für Gaby F. eines, das primär mit Schmerzen verbunden ist. Der Hallux valgus, der sich an beiden Füßen ausgebildet hat, zwingt sie letztlich dazu, extrem bequeme Schuhe zu tragen, die ihre breiten Füße und deren Fehlstellung nicht bedrängen. „Schmale oder spitze Schuhe, die in meiner Jugend in Mode waren, waren für mich nie drin“, erinnert sie sich. Einmal entwickelt sich am linken Fuß ein Erysipel, der Grund ist eine Entzündung am Hallux. Hinzukommt, dass beide Füße generell ziemlich weterfühliger sind. Es dauert schließlich bis zur Rente, bis sie sich ihrer Füße ernsthaft annimmt. Auch weil die Schmerzen immer intensiver werden. „Ich war schon sehr verzweifelt und dachte, jetzt muss ich das wahrscheinlich operieren lassen.“

### Angst vor einer OP

Einen operativen Eingriff hat Gaby F. immer gescheut, auch weil sie leidenschaftlich gerne joggt. Sie ist sich sicher: „Wenn ich den Hallux operieren lasse, dann geht das mit dem Joggen nicht mehr.“ Als ihre Beschwerden nicht besser werden, wendet sich die ehemalige Chefärztin in einer Klinik für Psychosomatik an den Orthopäden Dr. Horst Darmstädter in Kaufungen bei Kassel, den sie vor Jahren schon durch die Arbeit kennengelernt hat. Bei ihrem ersten Besuch im März 2023 erwähnt sie ihre belastungsunabhängigen Rückenschmerzen und die Beschwerden in beiden Füßen: „Ich klagte ihm mein ganzes Leid, aber Dr. Darmstädter sprach überhaupt nicht von Operation. Das fand ich erstaunlich.“



### Umfassender Haltungsscheck bringt Erkenntnisse

Stattdessen unterzieht sie der Fußexperte zunächst einer umfassenden Haltungs- und Bewegungsdiagnostik. Dazu gehört auch eine dreidimensionale Vermessung der Wirbelsäule, die ein wichtiges Tool für die Analyse komplexer Funktionsstörungen darstellt, da sie eine exakte statische Beschreibung des jeweiligen Patienten ergibt.

### Die Probleme sind eine Frage der Haltung

Dr. Darmstädter diagnostiziert neben beidseitigen Knick-Senk-Spreizfüßen und Hallux valgus auch eine Haltungsstörung der Wirbelsäule, die der Körper versucht zu kompensieren. Bei der Ganganalyse wird die Vorfußbelastung evident; aufgrund des Knick-Senk-Spreizfußes werden die Großzehen vermehrt belastet. Neben mehreren Einheiten Krankengymnastik mit Wirbelsäulen-Haltungskorrektur verordnet Dr. Darmstädter seiner Patientin MedReflexx-Einlagen, die ein Maximum an sensomotorischer Stimulation des ganzen Fußes bieten und besonders geeignet sind für Patienten mit Vorfußproblemen.

### So wirken sensomotorische Einlagen

MedReflexx-Einlagen sind übrigens die einzigen Einlagen, die direkt vom Arzt kommen. Die sensomotorischen Sohlen sind dynamische Einlagen, das heißt,

sie aktivieren die Muskulatur im Gegensatz zu rein stützenden, passiven Einlagen. Der Clou dieser speziellen Einlagen sind stimulierende Therapie-Areale die individuell an die Fußsohle angepasst werden, ähnlich dem Barfußlaufen auf unebenem Untergrund, nur eben gezielt. Diese Reize werden über das körpereigene Netzwerk von Muskelketten und Faszien bis ins Nervensystem transportiert. Das Gehirn leitet eine entsprechende Rückkopplung ein und steuert



die benötigte Muskulatur neuronal an. Für Schmerzen im Bewegungsapparat bedeutet das, dass Fehlstellungen behoben, Belastungen neu verteilt und muskuläre Dysbalancen ausgeglichen werden können – was letztlich ein Ende der Schmerzen bedeutet.

### „Wunderheilung“ durch die Einlagen von MedReflexx

Zwei Wochen nach ihrem ersten Besuch beim MedReflexx-Experten holt Gaby F. ihre Einlagen, die speziell für ihre Bedürfnisse angepasst wurden, bei Dr. Darmstädter ab. Die Patientin ist zu-

nächst wenig begeistert: „Ich habe die mit großer Skepsis entgegengenommen. Ich dachte, Einlagen schaden nicht, aber was sollen die schon bei meinem bewirken können? Aber seitdem ich sie trage, habe ich keine Beschwerden mehr und dafür bin ich sehr, sehr dankbar.“ Inzwischen trägt sie die Einlagen mit großer Begeisterung; lässt sie diese weg, treten die Beschwerden wieder auf. Dass ihr die Sohlen helfen könnten, wäre ihr nicht im Traum eingefallen.

### Das Ende einer Leidensgeschichte

Vielleicht hätte sie sich auch die zahlreichen Bandscheibenvorfälle im Halswirbel- und im Lendenwirbelsäulen-Bereich erspart, hätte sie die Einlagen früher kennengelernt. Ihrem Rücken zuliebe macht sie seit mehreren Jahren Yoga und hat dadurch keine Probleme mehr. Ansonsten geht sie mit ihren neuen Einlagen auch regelmäßig joggen. „All das geht mit den tollen Einlagen“, schwärmt sie. „Das ist echt der Knaller!“

### Flotten Fußes durch die Rente

Ihre Rente genießt Gaby F. daher nun völlig schmerzfrei. Wenn die umtriebige Dame nicht Tennis oder Golf spielt, halten sie ihre drei Enkel auf Trab. Ansonsten ist sie viel auf Reisen mit ihrem Mann. Der freut sich mit ihr, dass die Einlagen der Gamechanger waren und vieles zuvor Undenkbare wieder möglich machen.