



Podo-Ätiologische Einlagen

Einlagen.....

Über viele Fortbildungen haben sich seit 2006 die erstaunlichen Möglichkeiten eröffnet, die mit

- podo-orthesiologischen Einlagen, nach Breukhoven, und
- podo-ätiologischen Einlagen, nach Lydia Aich,

zu erzielen sind.

Es ist das beste, was ich bisher zum Thema Haltung/Statik/Biomechanik gelernt und erlebt habe. Es ist auch der Grund dafür, warum ich im „Normal Fall“ keine Bettungseinlagen fertige.

Heute kann ich dieses Wissen als Podo-Orthesiologe, zusammen mit meiner Erfahrung als Orthopädieschuhmacher-Meister zur Verfügung stellen.

Ablauf einer Einlagenversorgung:

Bitte einen Termin vereinbaren. Die Anmessung mit Befund und Beratung dauert ca. eine Stunde.

1. Als erstes gilt es die Ursachen von Schmerz bereitenden Fehlhaltungen zu erkennen.  
Dafür fertige ich einen dynamischen Fußabdruck Ihrer beiden Füße an. Bereits hier finden sich Hinweise über die Problemzonen Ihres Körpers. Diese müssen nun, mit Ihnen zusammen aufgefunden, oder abgeklärt werden.
2. Ein weiterer Schritt ist eine Feststellung Ihrer aktuellen Haltung. Dafür halte ich fest, wie Kopf, Schultern, Becken, Wirbelsäule und Beine stehen. So bekomme ich hier weitere Informationen, wie die Einlage bestückt werden muß. Auch wird gemessen, wie weit Sie den Kopf nach links und rechts drehen können.
3. Nun werde ich, aufgrund der gewonnenen Informationen, kleine Blättchen unter Ihre Füße legen. Damit verändere ich nicht nur die Fußstatik, sondern ziele auf die gesamte Statik. Erreichen möchte ich, daß Sie Ihren Kopf besser, oder weiter drehen können. Damit habe ich Sicherheit, daß die Einlage später „wirkt“. Wie die Kopfdrehung und die Einlage zusammen hängen, davon später mehr.
4. Bei dieser Art zu testen, gibt es immer wieder Fragestellungen die zum Beispiel

dazu führen das man zusätzlich den Aufbiss(Okklusion) der Zähne, oder die Augen testet. Bei Auffälligkeiten wird, zusammen mit den entsprechenden Fachleuten abgeklärt was zu tun ist um dem Therapieziel näher zu kommen.

5. Nun fertige ich die Einlagen, die Sie dann gleich mitnehmen können. Voraussetzung sind natürlich funktionelle Schuhe für die Dauer des Einlagengebrauchs. Ohne die geht´s nicht! Ich berate Sie hierzu auch. Die Einlagen sind sehr dünn(1-2mm). Nur die eingearbeiteten Keilchen erheben sich an bestimmten stellen.  
Richtig: Daraus läßt sich entnehmen, daß man die Einlagen nicht immer braucht. Ziel wäre es sogar, daß Sie Ihren Tag auch ohne Einlagen wieder gut "durchstehen" können.
6. Nach ca. 4-6 Wochen wird die Einlage noch ein mal überprüft. Bei Bedarf erfolgt eine Änderung.
7. Nach ca. 4-5 Monaten nehmen Sie die Einlagen aus den Schuhen. Nach einigen Tagen wird man sehen/spüren, was der Organismus durch die Einlage „gelernt“ hat. Heißt: Wenn Sie nach der „Entwöhnung“ gut zurecht kommen ist alles OK. Sollten Sie andererseits feststellen das Sie mit Einlagen deutlich besser unterwegs waren, oder die alten Beschwerden wieder einsetzen, wird man nach einiger Zeit ein weiteres Paar ausmessen und anfertigen.

Nun zum Zusammenhang zwischen Kopfdrehung und Einlage:

Die Einlagen entstehen mit Hilfe eines Meßsystems(HMSU) für die Kopfrotation. Es reagiert auf jeden Millimeter der Einlage. Damit ist die Veränderung durch die Einlagen messbar, reproduzierbar, und auf einfachste Weise dokumentiert.

Man geht davon aus, daß sich ein gesunder und schmerzfreier Körper gut bis sehr gut bewegen kann.

Ableitung 1: Handikaps, Blockaden und Schmerzen, schränken die normale Bewegung ein.

Ableitung 2: Schuhe, Einlagsohlen, Socken, Verletzung, gleich welcher Art, wirken positiv oder negativ auf die Beweglichkeit des Körpers.

Schlußfolgerung: Wenn also „Manipulationen“ an/unter den Füßen stattfinden, so kann man Veränderungen der Statik dann nachweisen, wenn sie über dem obersten Gelenk(ATlas-Schädelbasis) eindeutig messbar sind.

Genauer: Alles was sich an den Füßen, oder unter den Fußsohlen „ereignet“, wirkt über die Bewegungs- und Haltesysteme(Skelett, Gelenke, Muskeln, Fascien) unseres Körpers, bis zum Kopf.

Das unterstützt auch meine Auffassung von Fußschmerzen:

Salopp gesagt: Wenn Sie sich nicht direkt den Fuß verletzt, oder falsche Schuhe haben, also die Schmerzen direkt zu zu ordnen sind, dürfen Sie davon ausgehen, daß die Ursache weiter „oben“ liegt.

Literatur:

- >> Dr.Arbeit v. Kathrin Riedlinger, 2008, LMU-München, Zusammenhang Temporomandibulärer Dysfunktion und Schmerzen im Bewegungssystem, S.71ff.
- >> Podo-Posturaltherapie, Ter Harmsel/Schallmey, S.17ff u. S177ff.
- >> Tom Meyers, Anatomy Trains
- >> Lydia Aich, Kursunterlagen

Bei beidem kann mit dem HSMU nachgewiesen werden ob angedachte Therapie zu besserer Beweglichkeit führt. Nebenbei lassen sich Kosten sparen für nicht zielführende Behandlungen.

Es freut mich immer besonders, wenn, bei welchen Läsionen auch immer, mit Einlagen und Schuhen eine deutliche Verbesserung von Agilität und Lebensqualität erreicht wird.

Oft wird aber zusätzlich das Wissen und die Bemühungen von Osteopathen, Physiotherapeuten, Ärzten, Zahnärzten u. ä. benötigt um zu ordentlichen und damit zu bleibenden Ergebnissen zu gelangen. Eine Zusammenarbeit, die ich vor allem zum Wohle des Kunden/Patienten, sehr schätze.

HMSU: Head-Mounted-Support-Unit:

Bisher wurde von z.B.: Einlagen angenommen, daß diese Schmerzen lindern, oder Fehlstatik verbessern. Allerdings wurde ein umfassender Beweis bis heute nicht angetreten. Lediglich in speziellen Disziplinen wie Diabetes-, oder Fersensporenversorgungen, konnte eine, meist positive Veränderungen wahrgenommen werden. Allerdings meist über die Druckverteilung unter der Sohle.



Mit dem HMSU liegt hier nun Anwendungs-Technik vor, die über die gesamte Statik geht.

Wenn also „Manipulationen“ an/unter den Füßen stattfinden, so kann man Veränderungen der Statik dann nachweisen, wenn sie über dem obersten Gelenk(Atlas-Schädelbasis) eindeutig messbar sind. Positiv und negativ.

Selbstverständlich gilt das auch für erlittene Traumatisierungen, Verletzungen, etc.

Ebenso gilt das für Läsionen die von oben kommen und so für weniger Statik, oder Beweglichkeit führen.

Reihenuntersuchungen wären möglich. Aufgrund der persönlichen Individualität eines jeden von uns, wäre allerdings lediglich ein Trend absehbar. Zu viele unterschiedliche Parameter: Größe, Gewicht, Beschaffenheit des Körperbaus, Konstitution, erbliche Vorbelastung, Ernährung, Alltagsbewältigung,....)

Mir ist wichtig, das Menschen soweit beraten werden können, daß sie sich Schuhe kaufen können die, nicht einschränken, behindern, oder Langzeitschäden verursachen.

Gleichzeitig ist mir wichtig, daß Einlagen aus den Schuhe verschwinden, die der Körperverletzung deutlich näher stehen wie einem Hilfsmittel.