

„Schritt für Schritt“ zu einem starken Rücken

Aktiviert Reflexpunkte in den Fußsohlen besiegen den Rückenschmerz

von Marc Fischer

Gegen das Volksleiden Rückenschmerz gibt es eine neue ganzheitliche Behandlungsmethode. Dabei kommt den Füßen als Basis unserer aufrechten Körperhaltung eine besondere, eine „tragende“ Rolle zu.

Der Fuß – eine Entdeckungsreise

Der Fuß ist in funktionell-anatomischer Hinsicht sehr komplex. Das Zusammenwirken von insgesamt 26 Knochen, einer Vielzahl von Gelenken, Sehnen, Muskeln und Faszien konstituiert eine Funktionseinheit von bemerkenswerter Festigkeit und Elastizität. In Verbindung mit den angrenzenden, übergreifenden Muskelgruppen des Unterschenkels bildet sich ein kettenförmiges System zwischen Knochen, Gelenken und Muskeln. Die Form und Krümmung der Fußgewölbe, von Längsgewölbe einerseits und Quergewölbe andererseits, erlaubt es, sich den unterschiedlichen Beschaffenheiten des Untergrundes anpassen zu können und darüber hinaus dynamische Belastungen bei jedem Schritt abzdämpfen und zu stabilisieren.

Die Füße spielen eine tragende Rolle

Die Füße sind die Basis unserer Aufrichtung und unserer Statik. Finden sich an den Fußsohlen schwache Muskelspannungen



Bild: Myoson

und damit Abflachungen der Fußgewölbe mit Fehlstellungen der Fußknochen, so ist die Abstützung des gesamten Bewegungsapparates geschwächt. Die damit verbundene Schwächung der Muskelspannung und Dysbalance durchzieht als Muskelkettenreaktion den gesamten Bewegungsapparat bis hin zu den Kiefergelenken. Die Füße sind durch oberflächliche und tiefe Rezeptoren eng mit dem gesamten Nervensystem verbunden. Liegen hier Fehlfunktionen vor, so hat dies dementsprechend Auswirkung im gesamten Bewegungsapparat. In der Neurophysiologie ist

die Bedeutung der Auftrittsfläche der Fußsohle schon lange bekannt; der Münchner Orthopäde Gregor Pfaff wendet diese Erkenntnisse in einem neuartigen Behandlungskonzept seit mehreren Jahren an.

Orthopädie – Osteopathie – Chirotherapie – Kinesiologie

In der orthopädischen Praxis wird eine ganzheitliche, funktionelle Untersuchung des Bewegungsapparates und der Wirbelsäule durchgeführt. Dabei werden osteopathische, chirotherapeutische und kine-

Ein dreidimensionales Wirbelsäulenvermessungsprotokoll



siologische Tests angewandt. Besondere Bedeutung haben dabei die Füße, der lumbosacrale Übergang, die Kopf- und Kiefergelenke. Finden sich an diesen Gelenken Blockierungen oder Fehlstellungen, so zeigen die angrenzenden Muskelgruppen eine Dysbalance. Besonders vom Fuß können hier, vergleichbar mit einer umfallenden Reihe von Dominosteinen, weitere Funktionsstörungen ausgehen. Eine Fußwurzel- fehlstellung z.B. kann eine Beckenkipfung, Rückenverkrümmung und entsprechende Muskelverspannungen verursachen.

„Durch die ganzheitliche Betrachtung des Bewegungsapparates als Funktionseinheit können die Beschwerden des Patienten auf die tatsächlichen Ursachen zurückgeführt werden. Gerade bei chronischen Schmerzpatienten ist diese Untersuchungsweise von großem Nutzen“, berichtet der Orthopäde Gregor Pfaff aus seiner Erfahrung.

Die Kinesiologie ist die Lehre von der Muskelbewegung; sie basiert im Wesentlichen auf der Erkenntnis, dass ein in seinem Regelkreis gestörter Muskel nicht seine volle Widerstandsfähigkeit erbringen kann: Der Muskel reagiert dann „weich“. Ein energetisch nicht gestörter Muskel reagiert demgegenüber „stark“, d.h. er kann seine volle Widerstandskraft entfalten. Die Prüfung der Widerstandskraft von Muskeln erlaubt Aussagen über die Funktionstüchtigkeit des betreffenden Regelkreises. Mit Hilfe dieser Muskelfunktionstests ist es möglich, innerhalb weniger Minuten und ohne größeren technischen Aufwand eine aussagefähige Hinweisdiagnostik zu erhalten. Im orthopä-

dischen Bereich kann man auf diese Weise z.B. die Funktion der Fußmuskulatur, der Iliosacralgelenke, aller Wirbelgelenke und auch der Kiefergelenke testen. Zudem lässt sich derart nach erfolgreicher Behandlung die wieder eingetretene Funktionstüchtigkeit der Muskel- und Gelenkketten kinesiologisch nachweisen.

Befunddokumentation durch dreidimensionale Wirbelsäulenvermessung

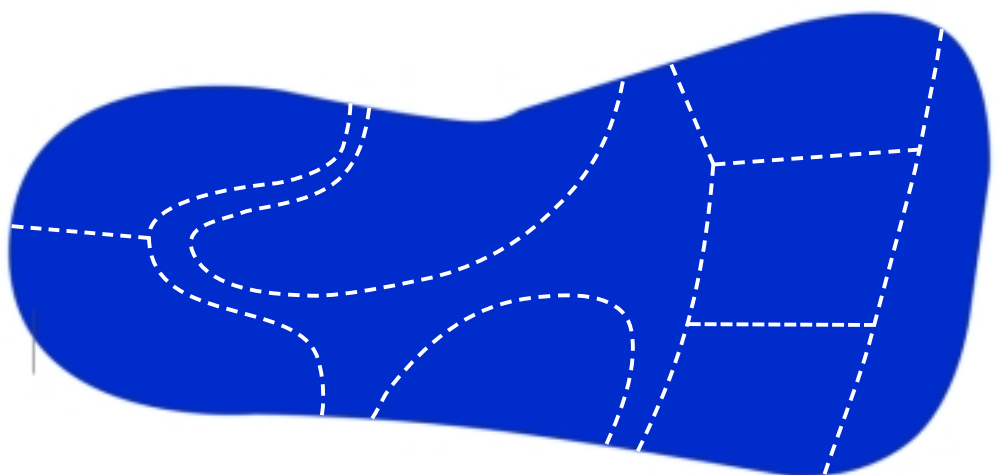
Die Untersuchungsmethode zur dreidimensionalen Wirbelsäulenvermessung ist für alle orthopädischen Patienten geeignet. Dabei werden Zusammenhänge der Körperstatik ermittelt, die über die üblichen Röntgen-, Computertomographie- und Kernspintomographieuntersuchungen hinausgehen. Die 3D-Wirbelsäulenvermessung wird von spezialisierten Orthopäden ausgeführt; dabei beschreiben die anfallenden Daten die Oberflächenverkrümmung des gesamten Rückens, die exakte Position des 7. Halswirbels, der Dornfortsatzreihe aller Wirbel und der Beckenknochen. Dar- aus wird eine exakte statische Beschreibung des jeweiligen Patienten erarbeitet.

Haltungskorrektur durch Fußreflexstimulation

Die orthopädische Therapie geht zunächst von einem umfassenden Ganzkörperstatus einschließlich der Gleichgewichtstestung, einer Augenfunktionstestung und kieferorthopädischen Basisuntersuchung aus. Wie schon im Vorfeld beschrieben, werden

die statischen und funktionellen Gegebenheiten an den Füßen untersucht; dabei werden „aufsteigende Muskelfunktionsfehler“ am Fuß analysiert. Funktionell gestörte Regelkreisläufe bzw. die geschwächten Muskel- und Gelenksfunktionen werden durch manualtherapeutische, chirotherapeutische und osteopathische Therapien zunächst symptomatisch behandelt.

Die ursächliche Haltungskorrektur erfolgt über die Behandlung von Fußreflexpunkten, die kinesiologisch ausgetestet werden. Zur Therapie werden weiche, prallelastisch gefüllte Spezialeinlagen nach Frau Prof. Fusco verwendet. Hierbei werden die kinesiologisch schwach testenden Muskelketten kontinuierlich stimuliert. Durch die Aktivierung der Fußmuskulatur werden die Muskelketten gekräftigt, der Fuß richtet sich in seiner dreidimensionalen Ordnung selbst auf. Durch die Einheitlichkeit der Muskel- und Gelenksorganisation im gesamten Körper kommt es in allen Bewegungssegmenten und unter anderem auch in den Kiefergelenken zu optimierter Funktion und Schmerzfreiheit. Die Therapieerfolge und die Dauerhaftigkeit der Behandlungswirkung lassen sich durch die dreidimensionale Wirbelsäulenvermessung beweisen. Diese Behandlungsweise wird mittlerweile von spezialisierten Orthopäden bundesweit durchgeführt. ●



Spezielle Einlagen aktivieren die Reflexzonen der Fußsohlen und korrigieren die Körperhaltung „Schritt für Schritt“.