



HINTERGRUNDINFORMATION

Biomechanik

Großes Potenzial

Die Füße und der Rest des Körpers können nicht isoliert voneinander betrachtet werden. Probleme am Bewegungs- und Stützapparat haben Auswirkungen auf den Fuß und umgekehrt. Der Fußspezialist kann auch hier weiterhelfen...

Nach einer Emnid-Umfrage haben zwei Drittel der Bundesbevölkerung zumindest zeitweise Rückenschmerzen. Andere Studien zeigen, dass die meisten Rückenschmerzen, etwa 80 bis 85 Prozent, unspezifisch sind. Meist entstehen Rückenschmerzen durch Muskelverspannungen, die physiologische Ursachen haben können: Überbeanspruchung der Muskulatur durch langes Sitzen oder einseitige, verkrampfte Körperhaltungen. Volkswirtschaftlich betrachtet entstehen daraus Folgekosten von jährlich rund 25 Milliarden Euro. Zwar fehlt zurzeit noch eine Untersuchung, wie groß der Anteil der Rückenschmerzen ist, die auf Probleme am Fuß zurückgehen. Doch fällt eine Herleitung des Zusammenhangs nicht schwer, wenn man den Körper als Gesamtsystem betrachtet. Durch Muskeln, Knochen, Bänder und Sehnen sowie funktionelle Systeme wie das Nervensystem, das endokrine (hormonelle) System und den Blutkreislauf stehen alle seine Bereiche in Beziehung zu einander. Störungen in einem Bereich haben daher immer Auswirkungen auf die Funktionalität anderer Bereiche.

Der Fuß, der uns durch das gesamte Leben trägt, stellt einen wichtigen Abschnitt der menschlichen Körperregion dar, wobei die gesamte Funktionseinheit aus dem Fuß, den übrigen Regionen der unteren Extremitäten, dem Becken und der Wirbelsäule besteht. Man könnte den Fuß als Sockel des Skeletts betrachten. Die Funktionen des Fußes sind im Stande, das Gleichgewicht zu halten und das Gehen zu ermöglichen. Durch die Verbindung des Fußes über das obere Sprunggelenk mit dem Schienbein (Tibia) und dem



Wadenbein (Fibula) werden Stellung und Funktion der Kniegelenke, Hüftgelenke und der Wirbelsäule beeinflusst. Außerdem senden zahlreiche integrierte Rezeptoren am Fuß vielerlei Impulse vom Fuß in alle Regionen des Körpers.

Störungen der Körperstatik

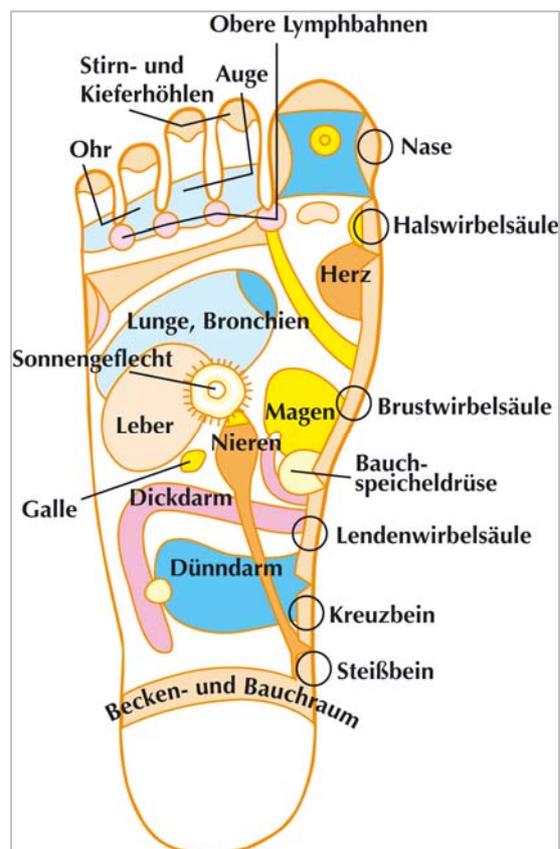
Funktionelle Störungen des Fußes, hervorgerufen durch Fußkrankheiten, Fußdeformitäten oder spezielle Grundkrankheiten mit Fußbeteiligung, können negative Auswirkungen auf die Mobilität und Haltung des Menschen haben. Zu solchen Störungen zählen: Diabetes mellitus (diabetisches Fußsyndrom, Charcotfuß), Psoriasis-Arthritis (Schuppenflechte mit Fußgelenkbeteiligung), rheumatoide Arthritis (Gelenkentzündung in den Fußgelenken durch Rheuma), Podagra (Fußgicht), Osteomyelitis (Knochenmarkentzündung mit einhergehender Entzündung oder Zerstörung von Fußgelenken oder Fußskelett), posttraumatisch (nach Verletzungen). Die Folgen sind schmerzhaftes Fehlhaltungen mit daraus resultierenden Muskelinsuffizienzbeschwerden, Muskeldysbalancen, Muskelverspannungen und Koordinationsstörungen. Aber auch einfache kosmetische Haut- und Nagelanomalien wie schmerzhaftes Rhagaden, Hyperkeratosen (Schwielen), Infektionen wie Fuß- und Nagelmykosen oder Verrucae (Warzen), Clavi (Hühneraugen) sowie eingewachsene Nägel und Nagelfalzentzündungen mit ihrer jeweiligen Schmerzsymptomatik können Bewegungsabläufe verändern und somit dauerhaft zu Schäden am Stütz- und Bewegungsapparat hervorrufen. Gesunde Füße dagegen ermöglichen ein stabiles und sicheres Fundament, um problemlos im Alltag gehen, laufen, springen, tanzen und klettern zu können, ohne dabei das Gleichgewicht zu verlieren.

Professionelle Fußpflege

Eine bedeutende Aufgabe für die Fußgesundheit kommt den Fußpflegern und Podologen zu, da sie oftmals erster Ansprechpartner für Patienten mit Fußbeschwerden sind. Neben der im Vordergrund stehenden Behandlung der Füße können Fußspezialisten ihre Patienten aber auch beraten und aufklären. Zudem bietet die professionelle Fußpflege mitunter auch Problemlösungskompetenz bei biomechanischen Fragestellungen.

Bei Klienten mit Beschwerden am Stütz- und Bewegungsapparat ist es Ziel des Fußspezialisten, frühzeitig zu helfen, um schwere Folgeerkrankungen wie Fußdeformationen, degenerative Gelenkerkrankungen, Rückenleiden und Nervenstörungen zu vermeiden. Als wichtiger Zweig innerhalb der professionellen Fußpflege hat sich dafür in den letzten Jahren die Podotherapie entwickelt. Sie befasst sich mit der Stabilität des

Fußes und liefert Methoden zum Erkennen und Behandeln von Fußbeschwerden und Anomalien, um die funktionelle Beweglichkeit des Fußes zu erhalten. Die Therapie wendet korrigierende Maßnahmen, Einlagen, Schuh- und Sohlenkorrekturen an. Es gibt viele Fehlstellungen des Fußes, die podotherapeutisch behandelt werden können. Dazu gehört die Herstellung von Einlagen auf Grundlage von biomechanischen Erfordernissen, beispielsweise bei Fersensporn, druckschmerzhaften Exostosen (Überbein), arthrotischen Beschwerden wie zum Beispiel Hallux limitus/rigidus, Knie-, Hüft- und Rückenbeschwerden, Haltungsabweichungen im Zusammenhang mit der Statik von Knien und Hüften, Wachstumsstörungen des Fußskeletts (z. B. Apophysitis). Doch können schon einfache Orthosen helfen, bevor es zu den genannten Indikationen kommt. Positiv bewährt haben sich dabei Druckschutzartikel auf Polymer-Gel-Basis. Diese passen sich optimal an die Fußregion an und sorgen so für eine sinnvolle und wirkungsvolle Druckverteilung.



Die unterschiedlichen Bereiche stehen in Beziehung mit dem übrigen Körper. (Bild: GEHWOL)



Sehnen, Bänder, Muskeln und Knochen – der gesamte Stütz- und Bewegungsapparat hängt zusammen und kann nicht isoliert betrachtet werden. (Bild: Fotolia)

Abdruck honorarfrei / Beleg erbeten

Herausgeber:

EDUARD GERLACH GmbH, Bäckerstr. 4-8, 32312 Lübbecke

Pressekontakt:

Dorothea Küsters Life Science Communications GmbH

Dirk Fischer, T: 069 / 61 998-21, fischer@dkcommunications.de

Stefan Dudzinski, T: 069 / 61 998-17, dudzinski@dkcommunications.de

Leimenrode 29, 60322 Frankfurt, Fax: 069 / 61 998-10