

Sportschuheinlagen nötig oder überflüssig?

Die orthopädische Schuheinlage soll die Belastbarkeit des Fußes erhöhen, wobei eine statisch bedingte Fehlstellung bzw. dynamische Fehlbewegung des Fußes korrigiert wird.

Um dies festzustellen werden vielerorts Laufbänder eingesetzt, damit in Verbindung mit Videoaufnahmen eine Laufanalyse erstellt werden kann.

Obwohl es uneingeschränkt positiv zu bewerten ist, dass Sportschuhe und Einlagen unter Bedingungen probiert werden können, die dem Einsatzzweck nahekommen, dürfen die Schlußfolgerungen der Videolaufanalyse nicht überbewertet werden. Dafür gibt es mehrere Gründe.

Zunächst verändert sich auf dem Laufband auch der Laufstil; der Läufer stößt sich nicht wie sonst nach vorne ab, sondern der Boden kommt ihm quasi entgegen. Dies führt zu höherer Schrittfrequenz, kürzeren Schritten und geringeren Bodenkontaktzeiten. So entsteht ein anderes Belastungsprofil des Fußes als beim Laufen in freier Natur.

Desweiteren ist die Beurteilung des Pronationsausmaßes, das als Kriterium für die stützende Eigenschaft des Schuhs bzw. der Einlage herangezogen wird, durch ein vermehrtes innen- oder außenrotiertes Aufsetzen des Fußes nahezu unmöglich. Nur wenn der Fuß senkrecht zur Bildebene aufgesetzt wird, kann der Winkel zwischen Rückfuß und Unterschenkel annähernd genau bestimmt werden (normal $< 12^\circ$).

Weitaus mehr an korrekter Information ergeben sich mit Hilfe neuer elektronischer Meßverfahren, die die Druckverteilung des Fußes beim Aufsetzen über sensorische Einlegesohlen im Sportschuh abbilden. Aufgrund der Variabilität des menschlichen Gangs (Laufs) sollten allerdings mindestens 3 Messungen pro Fuß erfolgen, um zu einer guten Beurteilung zu gelangen. Dann allerdings sind aufgrund des dynamischen Druckverteilungsmusters (s. Bild) korrigierende Eingriffe an der Fußstatik, wenn erforderlich, durchzuführen. Dies gilt therapeutisch, z.B. beim schmerzhaften Senk-Spreizfuß, bei der Hyperpronation mit Schienbeinkantensyndrom oder Achillessehnenerschmerz sowie bei Knie- und Hüftgelenksbeschwerden. Aber auch präventiv macht die Sportschuheinlage Sinn bei hochintensiver Belastung, z.B. bei Ballsportarten, wie auch bei extensiver Dauerbelastung, z.B. Langstreckenlauf, sofern eindeutige Statikfehler des Fußes und unnatürliche Belastungsspitzen erkennbar sind.

➔ Deshalb gilt:
Druckverteilung im Sportschuh messen -
dann erst über Schuheinlagen
entscheiden!!!



BAUERFEIND®

MESSTECHNOLOGIE

MediLogic®
Hightech-Diagnostik für Ihre Fußgesundheit.

Das moderne, computergestützte Fußdruckmesssystem für die exakte und schnelle Ermittlung der Belastungspunkte unter dem Fuß.

Co-Partner Deutschland

Ihr autorisierter Fachhändler:

WÖLFEL
Orthopädie - Schuhtechnik

Pestalozzistraße 20
95445 Bayreuth

Telefon 09 21 / 4 11 20
Fax 09 21 / 4 11 99
info@woelfel-ortho.de
www.woelfel-ortho.de

