

Bewegungsanalyse – was ist das? III. Mein Nutzen



Bewegungsanalysen sind vor allem Sportlern als Videoanalysen in der jeweiligen Sportart – vor allem zur Leistungsverbesserung – bekannt. Doch sie können viel mehr. In der Orthopädie leistet die Ganganalyse wertvolle Dienste in der Prävention und Behandlung von akuten und chronischen Beschwerden – vor allem aber bei Überlastungsbeschwerden, die trotz Behandlung einfach nicht abheilen wollen.

Für ein und dasselbe Beschwerdebild gibt es oft viele therapeutische Ansätze – doch welcher ist der Richtige?

Zunächst ist es einmal unerlässlich, die Zusammenhänge zu verstehen – ist eine Fehlstellung oder ein schlechter Bewegungsablauf schuld? Oder beides?

Je nachdem kann man die Schwerpunkte in der Therapie setzen. Doch auch da bleiben oft mehrere Wege offen – sollte man alle Möglichkeiten nutzen oder sich für eine entscheiden?

Ein Beispiel aus der Praxis

Eine 40jährige Frau leidet schon jahrelang unter Vorfußbeschwerden, die sich bei der Arbeit in der Gastronomie immer weiter verstärken. An manchen Tagen nimmt sie Schmerzmittel, um überhaupt arbeiten zu können. Bisher wurde sie mit einer Infiltrationstherapie (Spritzenkur in den Vorfuß mit schmerzlinderndem/entzündungshemmendem Medikament) behandelt, dies führte jedoch immer nur für wenige Tage zu einer Linderung.

In der klinischen Untersuchung wird erkennbar, dass die Patientin einen starken Spreizfuß aufweist, die Schmerzen allerdings untypischerweise weiter außen am Vorfuß auftreten. Weitere Fehlstellungen sind nicht erkennbar.

Der Arbeitsschuh ist nicht ideal, er verfügt über einen relativ hohen Absatz und provoziert somit noch mehr Druck im schmerzhaften Bereich.

Optisch ist beim Gehen keinerlei Auffälligkeit zu bemerken.

In der Bewegungsanalyse mittels plantarer Druckmessung wird erkennbar, dass die Patientin im Mittelfußbereich leicht nach innen kippt, wahrscheinlich weiter verstärkt durch einen Schuh mit einem höheren Absatz. Diese Bewegung löst einen Reflex aus, der beide Füße sehr stark nach außen stabilisiert – was zu einer übermäßigen Außenrandbelastung des Vorfußes, gerade wegen des Einwärtsknickens des Mittelfußes, führt.

Als Ursachen können zusammengefasst werden ...

- die Spreizfußbildung,
- hohe körperliche Belastung,
- der nicht gut zum Fuß passenden Arbeitsschuh,
- und die ungünstige Fußfunktion.

Mögliche therapeutische Ansätze können sein ...

- Einlagenversorgung zur Entlastung des Spreizfußes,
- Reduktion der körperlichen Belastung (im diesem Falle würde dies allerdings die Aufgabe des Berufs bedeuten!),
- Wechsel des Arbeitsschuhs,
- oder Erlernen eines korrekten Abrollverhaltens mittels Physiotherapie.

Die Schlussfolgerung

Die Einlage alleine würde ohne das Wissen über die Fußfunktion womöglich die Außenrandbelastung des Fußes noch weiter verstärken. Eine sehr punktuelle Abstützung im schmerzenden Bereich ist da die Lösung für die körperliche Belastung in der Arbeit.

Der Arbeitsschuh sollte auf ein flacheres Modell mit steifer Sohle gewechselt werden.

Um dem Wiederauftreten der Beschwerden entgegenzuwirken und auch ein gutes Fundament für die Sprung-, Knie- und Hüftgelenke zu gewährleisten (gerade bei der sehr hohen körperlichen Belastung in der Arbeit!), macht in diesem Fall eine Physiotherapie mit Schwerpunkt Fußfunktion Sinn. Die genauen Defizite im Abrollverhalten kennt man aus der Ganganalyse.

Ist dies aus zeit- und kostentechnischen Gründen evtl. nicht möglich oder ist der Leidensdruck nicht groß genug, so kann auch die lokale Abstützung durch einen Orthopädietechniker am neuen Schuh vorgenommen werden.

Die Ganganalyse bietet damit nicht nur die Möglichkeit, neue Parameter zu erfassen und die Befundung somit umfangreicher zu gestalten, sondern zeigt auch therapeutische Wege auf, welche kombiniert oder einzeln angewandt werden können.

In der Praxis entwerfe ich da gerne eine Art „Stufensystem“: bei dem nach der ersten Intervention (z.B. ein Tapeverband) selbst reflektiert werden darf, ob der Therapieplan weiter verfolgt werden muss oder die Behandlung erfolgreich beendet wurde.