



SCHMERZFREI ZU MEHR BEWEGUNGSFREIHEIT

Mit TAPE LOOPS Fußfehlstellungen einfach und schonend korrigieren

Der menschliche Fuß ist ein beeindruckendes Kunstwerk der Natur – über 52 Knochen verhelfen dem Menschen gemeinsam mit Sehnen und Muskeln zu seinem aufrechten Gang. Allerdings verläuft dies nicht immer reibungslos: Fußfehlstellungen können den motorischen Ablauf beim Gehen und Laufen erheblich stören und zu Schmerzen und Druckgefühlen führen. Dies kann ohne rechtzeitige Korrektur oder ausgleichende Gegenmaßnahmen zu einer Verstärkung der Fehlstellung sowie zu Erkrankungen wie Gelenkversteifungen oder Arthrose führen.

Die Anatomie des menschlichen Fußes

Das menschliche Fußskelett umfasst je zwei Sesambeine (Os sesamoideum) sowie 26 Knochen, die sich in die Fußwurzelknochen (Ossa tarsi), die Mittelfußknochen (Ossa metatarsi) sowie die Zehenknochen (Ossa digiti pedis) einteilen lassen. Seine typische Haltung in Form eines Längs- und Quergewölbes erhält das Fußskelett durch das Einwirken der umliegenden Sehnen und Muskeln, die seine Bestandteile durch Spannung in die richtige Position rücken. Dies ist besonders für den aufrechten Gang wichtig, da bei diesem das gesamte Körpergewicht auf den Füßen lastet. Durch die gewölbte Form der Füße kann das Gewicht schonend auf die Ferse, den Großzehen- sowie die Kleinzehenballen



verteilt werden – das Fußgewölbe wird so zum Stoßdämpfer.

Wenn Gehen zur Belastung wird – Fußfehlstellungen und ihre Ursachen

Problematisch wird es, wenn dieses System durch eine Fehlstellung der Fußknochen gestört wird. Durch die unausgeglichene Verteilung des Gewichts werden nicht nur die einzelnen Knochengelenke überlastet – die fehlende Dämpfungswirkung des Fußgewölbes kann sich bis hinauf in die Knie- und Hüftgelenke, sowie auf die Rückenwirbel und Bandscheiben, auswirken. Auch das Abrollen des Fußes ist häufig nicht mehr vollständig möglich, was die Belastung einzelner Bereiche noch verstärkt. Gerade bei älteren Menschen kann dies mit erheblichen motorischen Beeinträchtigungen beim Gehen einhergehen.

Fußfehlstellungen können unterschiedliche Ursachen haben: Neben genetischer Veranlagung führt v.a. das Tragen von unpassendem Schuhwerk zu einer dauerhaften Deformation der Fußknochen. Hierzu zählen neben zu engen Schuhen hauptsächlich auch Schuhe mit hohem Absatz, die das Abrollen der Füße verhindern und so die muskuläre Arbeit innerhalb des Fußes blockieren. Das Körpergewicht kann so kaum noch verteilt werden und der Vorfuß wird bis zu fünfmal stärker belastet.

Besonders häufig ist eine Bindegewebsschwäche verantwortlich, wenn diese die für die Spannung im Fußgewölbe zuständigen Muskelstränge betrifft. Auch Überlastungen wie langes Stehen auf starrem Untergrund, schweres Heben und Übergewicht können die Bänder und Sehnen im Fuß stark beeinträchtigen. In der Folge sinkt das Quer- und/oder Längsgewölbe ab und verbreitert sich, die Knochen des Mittelfußes werden nicht mehr in Position gehalten.

Hallux valgus, Hammerzehe und Knick-Senkfuß

Bleibt dieser Zustand bestehen, so kann ein Hallux valgus entstehen: Dabei führt der anhaltende Sehnenzug, in Kombination mit

dem abgesunkenen Vorderfußgewölbe, zu einer Einwärtsdrehung des Großzehs. Dieser wird aus dem Großzehengrundgelenk gehoben und dreht sich so weit nach Innen, dass die anliegenden kleinen Zehen verdrängt werden. Hallux valgus zählt zu den häufigsten Fußfehlstellungen und tritt verstärkt bei Frauen auf. Äußerlich ist diese Fehlstellung durch den weit nach außen tretenden Ballen des Mittelfußknochens erkennbar.

Auch eine sog. Hammerzehe wirkt sich auf den Mittelfuß aus, meist ist die zweite oder dritte Zehe betroffen: Durch eine Überstreckung des Zehengrundgelenks wird das Zehenmittelgelenk stark angehoben, die Zehenkuppe liegt vollständig auf dem Boden auf. Dies führt v.a. beim Gehen zu Problemen, denn durch ihre leicht gebeugte Ausrichtung fangen die mittleren Zehen den Stoß ab und ermöglichen so ein schmerzfreies Abrollen. Bleibt dieser schützende Mechanismus aus, so lastet beim Abstoßen ein Großteil des Körpergewichts schadhafte auf den Zehengelenken. In der Folge wird die Fehlstellung der betroffenen Zehe verstärkt, bis die Gelenke versteifen.

Hallux valgus und Hammerzehen sind für Betroffene oft nicht nur eine ästhetische und kosmetische Belastung – die Fehlstellungen können mitunter sogar zu erheblichen Problemen führen. Durch die veränderte Position der Zehenknochen kann es zu Schwellungen, Gewebereizungen und stechenden Schmerzen kommen. Gerade beim Tragen von engen Schuhen können ein Hallux valgus oder eine Hammerzehe so stark an der Schuhinnenseite reiben, dass drückende Hornhautschwielen entstehen. Die Überlastung der Zehengelenke kann außerdem zu schmerzhaften Entzündungsreaktionen und Schäden an den Gelenkknorpeln (Arthrose) führen.

Eine geschwächte Fußmuskulatur kann zum Absinken des Längsgewölbes beitragen, so dass die Ferse nach innen knickt.

Der dabei entstehende Knick-Senkfuß (Pes valgus) stellt eine der häufigsten Fußfehlstellungen dar. Durch die Schiefelage der Fußwurzelknochen dreht sich zusätzlich der Vorfuß nach außen, so dass die wichtige Abrollbewegung des Fußes nicht mehr vollständig ausgeführt werden kann. Beim Gehen liegen Bein und Fuß so nicht mehr in einer Bewegungsachse. Ein Fortschreiten des Knick-Senkfußes ohne den Einsatz ausgleichender Maßnahmen kann dazu führen, dass sich die Fehlstellung manifestiert, das Längsgewölbe weiter absinkt und sich ein Plattfuß entwickelt.

TAPE LOOPS unterstützen Zehen und korrigieren Fußfehlstellungen sanft und schmerzfrei

Um die veränderte Position der Fußknochen zu korrigieren sowie die Fußgewölbe wieder aufzurichten werden v.a. konservative Behandlungsmethoden wie Einlagen, Orthesen und Spezialschuhe angewandt. Diese orthopädischen Hilfsmittel müssen allerdings speziell angepasst werden, so dass eine Behandlung nicht sofort erfolgen kann. Zudem können Orthesen und Spezialschuhe durch ihren komplexen und häufig starren Aufbau die Bewegungsfreiheit beim Tragen unangenehm einschränken. Zusätzlich zum fehlenden Tragekomfort ergeben sich modisch inakzeptable optische Einschränkungen, die dazu beitragen können dass orthopädische Hilfsmittel nicht konsequent getragen werden.

Neben diesen nicht-invasiven Behandlungsformen werden Fußfehlstellungen auch innerhalb chirurgischer Eingriffe korrigiert, bei denen neben einer Positionskorrektur der Fußknochen auch eine Verlagerung der beteiligten Sehnen sowie eine Rekonstruktion der geschädigten Gelenke vorgenommen werden können.

Mit den neuen TAPE LOOPS von COMPRESSANA können Hallux valgus, Hammerzehen und Knick-Senkfüße jetzt frühzeitig schmerzfrei und v.a. ohne Einschränkungen im Alltag korrigiert werden. Nach Abstimmungen mit dem Arzt ist die Verwendung

der TAPE LOOPS auch postoperativ oder in Kombination mit Einlagen oder Spezialschuhen möglich. Ähnlich wie beim Kinesiotaping wirken auch die Schlaufen der TAPE LOOPS durch Zugkraft nebenwirkungsfrei auf die Fehlstellung ein. Diese Form der „passiven Korrektur“ nähert die betroffenen Zehenknochen wieder ihrer natürlichen Position an – der Zeh wird wieder beweglich, Beeinträchtigungen wie Schmerzen können abnehmen.

Einfache Anwendung der TAPE LOOPS überzeugt

Bei einem Hallux valgus wird die Tape-Schleife am Großzeh angelegt, so dass dieser zurück in seine natürliche Ausrichtung innerhalb des Großzehengrundgelenks gezogen wird. In der Folge wird er beim Abrollen des Fußes wieder optimal belastet. Bei einer Hammerzehe wird die Tape-Schleife über die zweite oder dritte Zehe gelegt und dadurch so nach unten gezogen, dass die stoßdämpfende Beugung der Zehenknochen wieder hergestellt wird. Auch hier ermöglicht die korrigierte Position wiederum ein schmerzfreies Abrollen, was die Mittelfußknochen ggf. stabilisiert und vor Reizungen schont. Zudem kann ein Fortschreiten der Fehlstellung verhindert werden. Bei einem Knick-Senkfuß wird die Tape-Schleife über die Ferse und den Fußrücken geführt, so dass die Ferse aufgerichtet und einer Überlastung mit ggf. weiter einsinkendem Rückfuß vorgebeugt werden kann. Der Fuß wird dreidimensional stabilisiert und die Muskulatur stimuliert.

Ein besonderer Vorteil der TAPE LOOPS liegt in ihrer einfachen Anwendung: Die nicht haftenden Tape-Schlaufen können einfach an- und ausgezogen werden und sind auf Stoff aufgebracht, der die Haut beim Tragen nicht reizt. Beim Anziehen wird die kleine Schleife einfach von Hand geweitet oder verengt und über den betroffenen Zeh gezogen. Die große Schleife wird im Anschluss über die Ferse gelegt. TAPE LOOPS können barfuß oder unter Socken und Strümpfen sowohl im Haus, als auch in Straßen-,

Arbeits- und Freizeitschuhen getragen werden. Darüber hinaus eignen sie sich für Sandalen und Flip Flops und lassen sich perfekt in den Alltag integrieren. Es ist ebenso möglich zwei Schlaufen kombiniert zu tragen, um eine Hammerzehe und einen Hallux valgus gleichzeitig zu korrigieren.

Die beste Wirkung erzielen die COMPRESSANA TAPE LOOPS, wenn sie barfuß oder in Schuhen getragen werden, die den Zehen ausreichend Platz geben und keine Absätze aufweisen. Es wird empfohlen die Tape-Schlaufen täglich über einen längeren Zeitraum zu tragen. TAPE LOOPS sind in den Schuhgrößen 31-46, sowie in drei unterschiedlichen Farben (Make-Up, Ocean, Diamant) in Apotheken und im medizinischen Fachhandel erhältlich.

9326 Zeichen

Hinweis: Weitere Unterlagen zum Thema finden Sie im Downloadbereich in der Rubrik „Texte zur Beratung und Information“ und in der COMPRESSANA Videothek.



Pressemitteilung Kurzfassung

SCHMERZFREI ZU MEHR BEWEGUNGSFREIHEIT

Mit TAPE SOX und TAPE LOOPS Fußfehlstellungen einfach und schonend korrigieren

Fußfehlstellungen können den motorischen Ablauf beim Gehen und Laufen erheblich stören und zu Schmerzen und Druckgefühlen führen. Neben genetischer Veranlagung führt v.a. das Tragen von zu engen Schuhen oder hohen Absätzen zu einer dauerhaften Deformation der Fußknochen. Ebenso können Gelenkprobleme, Übergewicht, langes Stehen, eine Bindegewebsschwäche oder verkürzte Sehnen und Muskeln zum Absinken des Quer- und/oder Längsgewölbes im Fuß führen.

Durch die fehlende Spannung im Fußgewölbe verlieren die Mittelfußknochen den benötigten Halt und verändern ihre Position, wodurch es zur Bildung einer schmerzhaften Fußfehlstellung kommen kann. Wenn diese das Abrollen des Fußes behindert, kann das Körpergewicht nicht mehr gleichmäßig verteilt werden – Fußknochen und Zehengelenke werden überlastet. Dies kann ohne rechtzeitige Korrektur mit Schmerzen, Rötungen, Gewebereizungen und Entzündungen einhergehen, die das Gehen erschweren und zu Schäden an den Gelenkknorpeln (Arthrose) führen können.

Mit TAPE SOX und TAPE LOOPS von COMPRESSANA können Fußfehlstellungen schmerzfrei und ohne Einschränkungen korrigiert werden. Dabei werden die verschobenen Fußknochen durch sanfte Zugkraft einfach an ihre ursprüngliche Position angenähert. Die Beweglichkeit des Fußes wird wieder hergestellt und Schmerzen,



Schwellungen und Entzündungen können verhindert werden. Durch die korrigierte Fußstellung ergibt sich sowohl beim Gehen als auch in Ruhe erneut ein natürlich schönes, ästhetisches Fußbild.

TAPE SOX sind hautfreundliche Spezialsocken mit Zugbändern, die im Inneren auf das Gestrick aufgebracht sind, um Abweichungen des Fußes oder der Zehen entgegenzuwirken. Bei den TAPE LOOPS wird dieses Prinzip auf ein Minimum reduziert: Hier kommen die nicht haftenden Tapes in Form von Schlaufen zum Einsatz, die auf hautschonendem Stoff aufgebracht sind.

TAPE SOX eignen sich je nach Typ zur Korrektur verschiedener Fußfehlstellungen:

- TAPE SOX Typ Hallux valgus stabilisieren den Großzeh wieder in seiner natürlichen Ausrichtung
- TAPE SOX Typ Hallux valgus +Plus korrigieren zusätzlich zur Großzehenausrichtung auch die Position der Ferse und wirken dadurch dem weiteren Einsinken des Rückfußes und der infolge zunehmenden Hallux valgus Tendenz entgegen
- TAPE SOX Typ Knick-Senkfuß richten die Ferse auf und stabilisieren den Großzehballen. Der Fuß wird dadurch im Längs- und Quergewölbe dreidimensional stabilisiert und kann bei Belastung auftretende Kräfte wieder besser absorbieren
- TAPE SOX Typ Hammerzehe wirken der gekrümmten Haltung der zweiten Zehe entgegen

TAPE LOOPS können sowohl bei Hallux valgus, Hammerzehe sowie demnächst auch bei Knick-Senkfuß angewendet werden. Sie sind ebenso wie TAPE SOX in Apotheken sowie im medizinischen Fachhandel erhältlich und überzeugen durch hohen Tragekomfort und unauffällige Optik.

2935 Zeichen



Kurzfassung Ergänzungen

Spreizfuß und Hallux valgus

Durch das Absinken des Quergewölbes entsteht ein Spreizfuß (Pes transversoplanus), bei dem die Zehen gespreizt nach außen abste-
hen. Dies ist häufig die Vorstufe für einen Hallux valgus, bei dem sich,
durch den fehlenden Halt der Mittelfußknochen, der Großzeh aus dem
Großzehengrundgelenk hebt und nach innen dreht. Die veränderte
Ausrichtung des Großzehs zeigt sich deutlich durch den nach außen
weisenden Ballen des Mittelfußknochens. Schreitet der Hallux valgus
voran, so werden die kleinen Zehen verdrängt und zusammengedrückt.

Hammerzehe und Knick-Senkfuß

Bei einer Hammerzehe ist das Grundgelenk der betroffenen Zehe
überstreckt. Gleichzeitig beugt sich das Mittelgelenk nach unten,
so dass die Zehe stark gekrümmt erscheint. Bei einem Knick-
Senkfuß (Pes vaglus) hingegen sinkt nicht das Quer-, sondern das
Längsgewölbe des Fußes ab, wodurch die Ferse nach innen knickt.

Anwendung

Die Tape-Schlaufen der TAPE LOOPS werden über die betroffene Zehe
oder den Fußrücken gelegt und hinter die Ferse geführt. Sie können bar-
fuß, in Sandalen, Flip Flops sowie unter Socken und in geschlossenen
Schuhen getragen werden. Die hautsympathischen TAPE SOX werden
hingegen wie normale Socken getragen und eignen sich daher für jede Art
von Straßen-, Arbeits- sowie Freizeitschuhen. Sowohl TAPE LOOPS als
auch TAPE SOX können darüber hinaus mit Einlagen kombiniert werden.

1407 Zeichen

Hinweis: Weitere Unterlagen zum Thema finden Sie im Download-
bereich in der Rubrik „Texte zur Beratung und Information“ und in
der COMPRESSANA Videothek.



Über COMPRESSANA

SORTIMENT MIT SYSTEM:

„FÜR JEDEN TYP DER RICHTIGE STRUMPF“

Die Wurzeln von COMPRESSANA reichen auf die älteste Strumpfmanufaktur der Welt zurück. Seit ca. 1750 produzieren Vorgänger von COMPRESSANA Strumpfwaren. 1959 entwickelt ELBEO die ersten Stützstrümpfe und gründet 1962 die Marke COMPRESSANA für medizinische Kompressionsstrümpfe und erwirbt sich in der Folgezeit ihren guten Ruf für attraktive und komfortable Stütz- und Kompressionsstrümpfe. 1994 wird die Marke zur Firma. COMPRESSANA wird ausgegliedert mit dem Ziel, eines der weltweit umfassendsten Strumpfsortimente unter präventiven und medizinischen Aspekten anzubieten. Die Compressana GmbH, Produkte für die Kompressionstherapie, entsteht. 2012 feiert die Marke COMPRESSANA 50. Geburtstag. Mittlerweile ist COMPRESSANA im Verbund des weltweiten Juzo-Netzwerks aktiv.

Die Produktpalette von COMPRESSANA umfasst derzeit elf flach- und rundgestrickte Kompressionssortimente für medizinische Anwendungsbereiche in der Phlebologie, Lymphologie und in der Narbentherapie. Für die Prävention von belastungsbedingten Beinbeschwerden bietet COMPRESSANA attraktive Fein-Stützstrümpfe, komfortable Funktions-Stützstrümpfe, Sportkompressionsstrümpfe und Reisestrümpfe mit Natur- und Hochleistungsfasern an. Orthopädische Bandagen aus festem, zweizugelastischem Kompressionsgestrick stabilisieren, stützen und entlasten die Gelenke. Gesundheits- und Diabetikersocken,





Spezialsocken und Tape Correction Sox und Loops kümmern sich um empfindliche Füße und um die Linderung von Fußproblemen, auch modular in Verbindung mit Kompressionsprodukten. Speziell ausgewähltes oder entwickeltes Zubehör erleichtert die Handhabung und Pflege der Strumpfprodukte oder dient dem Hautschutz.

Um die Vielfalt und die optimale Güte der Produkte zu gewährleisten, ist COMPRESSANA mit seinen Partnern und Zulieferern in ein hochspezialisiertes Netzwerk eingebunden. Die Produkte werden nahezu ausschließlich in handwerklicher Art und Weise in Europa produziert: medizinische Kompressionsstrümpfe, Bandagen, Gesundheitssocken und Zubehör vorwiegend in Deutschland, Stützstrümpfe in Italien.

2134 Zeichen

PRESSEKONTAKT

Marion Schulz
Tel. 09401 9226-33
E-Mail: marion.schulz@compressana.de

Compressana GmbH
Böhmerwaldstr. 3
93073 Neutraubling
Fax 09401/9226-20
www.compressana.de

Hannah Mages

Creativ Concept GmbH
Prüfeningenstr. 35
93049 Regensburg
Tel. 0941/646688-32
Fax 0941/646688-99
E-Mail: hm@creativconcept.de
www.creativconcept.de