

Für Laufsportler: erst Laufband, dann Laufbahn!



Friedrichstraße 94
10117 Berlin
Tel. 030–4000 4668
Tel. 0700–docortho
Fax 030–4000 4660
E-Mail info@docortho.de
www.docortho.de
S U Friedrichstr., Berlin-Mitte
P Ecke Dorotheenstr./
Charlottenstr.

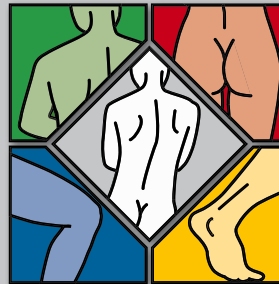
ORTHO TRAIN

DAS MEDIZINISCHE DIAGNOSTIK- UND TRAININGSZENTRUM

Für angehende Laufsportler egal welchen Alters ist eine Laufbandanalyse vor Aufnahme des Trainings nahezu unverzichtbar. Grund: Fehlstellungen wie X- oder O-Beine oder Beinlängendifferenzen verursachen im Alltag kaum Probleme; oftmals ist den Betroffenen das Vorliegen eines entsprechenden Befundes gar nicht bekannt. Bei intensiver sportlicher Belastung können jedoch schnell Beschwerden entstehen. Durch eine frühzeitige Laufbandanalyse werden solche Besonderheiten im Vorfeld registriert, sodass Training und Ausrüstung darauf abgestimmt werden können.

Dr. med. Wolfgang Weihe
Dr. med. Andreas Heinzinger
Priv. Doz. Dr. med. Oliver Miltner

PRAXIS FÜR GANZHEITLICHE ORTHOPÄDIE



UNFALLCHIRURGIE
MEDIZINISCHES VERSORGUNGSZENTRUM

- Sportmedizin
- Akupunktur
- Chirotherapie
- Schmerztherapie
- physikalische Therapie
- Sonographie
- Röntgen
- Osteoporose-Knochen-
dichtemessung
- Knorpelschutztherapie
- 3-D-Körperstatikanalyse
- Lasertherapie
- Triggerosteopraktik
- Stoßwellentherapie
- Magnetfeldtherapie
- Kinderorthopädie
- Aufbalkuren
- Gutachten
- Osteologie
- ambulante und stationäre
Operationen

Mein Laufbandanalyse-Termin:

am

um

Laufbandanalyse – Schritt für Schritt zum gesunden Laufstil



Laufband-Analyse – damit beim Laufen alles „rund“ läuft

Gehen und Laufen sind komplexe Bewegungsabläufe, an denen der ganze Körper beteiligt ist. Durch Fehlbelastungen, etwa aufgrund von Verletzungen, von Operationen oder auch von falschen Schuhen, kann es zu Störungen dieser Abläufe – und in der Folge zu degenerativen Veränderungen des Bewegungsapparates – kommen. Die Laufbandanalyse ermöglicht es, solche Störungen frühzeitig zu erkennen.

Wann ist eine Laufbandanalyse sinnvoll?

- Jederzeit zur Prävention von Fehlbelastungen und Beschwerden in späteren Jahren
- Vor dem Kauf von Laufschuhen bzw. vor Aufnahme eines Lauftrainings
- Im Rahmen einer Laufstiloptimierung
- Bei vorliegenden Beschwerden (z. B. Rückenschmerzen, Achillessehnen-Beschwerden, Beschwerden und Verletzungen am Sprung-, Knie- oder Hüftgelenk)
- Im Rahmen einer postoperativen Behandlung nach Eingriffen am Sprung-, Knie oder Hüftgelenk

Wie funktioniert die Laufbandanalyse?

Während Sie auf dem Laufband gehen und laufen, werden Ihre Bewegungen auf Video aufgezeichnet und mithilfe von Sensoren vermessen. Hierfür verwenden wir das Optogait®-System. Anhand der ermittelten Messwerte gibt eine spezielle Software anschließend Aufschluss über den Bewegungsablauf und die Winkelstellungen der Gelenke. Fehlstellungen und -belastungen, wie z. B. Einknicken nach innen oder Verdrehen nach außen, werden dabei offensichtlich.

In unserer Praxis umfasst die Laufbandanalyse mehrere Messdurchgänge (zunächst barfuß, anschließend mit Schuhen, in unterschiedlichen Geschwindigkeiten). Aus den Ergebnissen und aus dem Vergleich der Laufbewegungen lassen sich u. a. Empfehlungen für geeignete Laufschuhe ableiten.



Was folgt nach der Analyse?

Die Laufbandanalyse liefert lediglich Informationen über den Ist-Zustand. Sofern Fehler in der Bewegung vorliegen, müssen diese behandelt werden. Die Ergebnisauswertung – welche wir gemeinsam mit Ihnen vornehmen – bildet somit die Grundlage für die Bestimmung anschließender Maßnahmen wie

- Physiotherapie
- medizinische Trainingstherapie
- Verordnung orthopädischer Einlagen.

Wiederholungsmessungen nach Einleitung einer Behandlung zeigen den Maßnahmenerfolg auf.

Wie lange dauert die Laufbandanalyse?

Inklusive der Auswertungen dauert die Laufbandanalyse bei uns ca. 45 Minuten.



Hier steht eine kleine Blindzeile zum Bild – Musteranalyse