

Benefit

Die genaue Kenntnis der Belastungen, welche den Beschwerden vorangegangen sind, der Statik des Bewegungsapparates und des dynamischen Verhaltens des Läufers führt sehr oft zu überraschenden Erkenntnissen bezüglich der individuellen Ursache von spezifischen Läuferbeschwerden. Dadurch wird es möglich, eine gezielte, individuelle Sportschuh- und Einlagenversorgung einerseits sowie eine adäquate Therapie, Bewegungsschulung oder Trainingsgestaltung andererseits einzuleiten.



Weitere Informationen

Praxisklinik Rennbahn AG
das Kompetenzzentrum für
Orthopädie und Sportmedizin

St. Jakobs-Strasse 106
CH-4132 Muttens - Basel

Telefon: +41 (0)61 465 64 64
Telefax: +41 (0)61 465 64 69

www.rennbahnklinik.ch



Die Rennbahnklinik – Die Sportklinik - das Original

Laufanalyse

Allgemeines

Seit Jahrzehnten befasst sich das Team der Praxisklinik Rennbahn mit dem Laufsport, und zwar aus medizinisch-orthopädischer Sicht. Dabei legt sie grossen Wert auf eine enge Zusammenarbeit mit Fachärzten sowie mit den wichtigsten Exponenten von Sportschuhherstellern und Sportschuhhandel – wodurch sie zu einer Expertin auf dem Gebiet des Laufsports geworden ist. Die Praxisklinik Rennbahn darf sich deshalb als Ihre persönliche Beraterin in allen Fragen rund ums Laufen verstehen.

Sinn und Zweck einer Laufanalyse

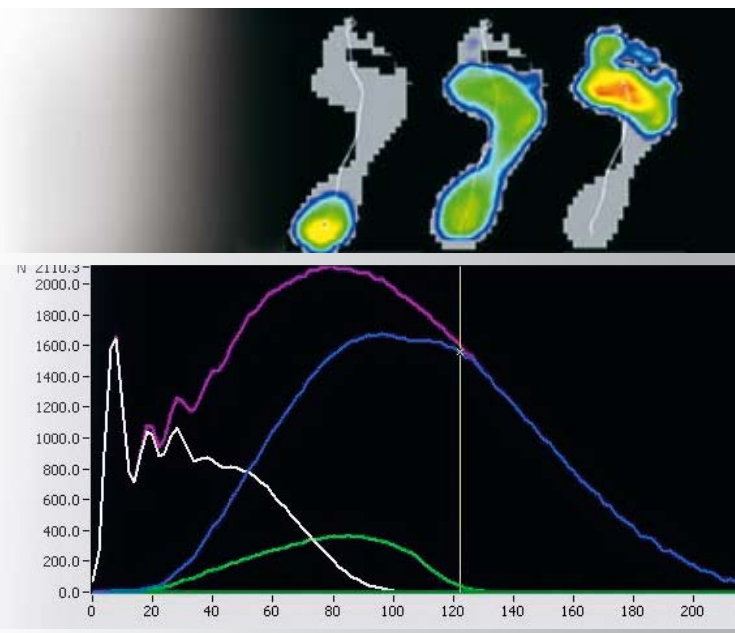
Beim Laufen werden nicht nur die Füsse und der Kreislauf höheren und repetitiven Belastungen ausgesetzt, wie man vordergründig annehmen könnte, sondern die gesamten unteren Extremitäten, der Beckenbereich und der Rumpf. Typische Überlastungen, die beim Laufen auftreten können, sind somit vor allem Muskel- und Sehnenbeschwerden im Bereich der Füße, des Unterschenkels, des Knies, des Oberschenkels sowie der Lendenwirbelsäule und des Beckens. Die Überlastungen sind häufig eine Folge von Muskeldysbalancen, Muskelverkürzungen oder Muskelschwächen sowie Fehlbelastungen aufgrund unphysiologischer Bewegungen, oder der individuellen Laufbewegung nicht angepasster Laufschuhe. Das Ziel einer Laufanalyse besteht deshalb darin, die Ursachen von Beschwerden zu ergründen, damit die entsprechenden Massnahmen zielgerichtet ergriffen werden können. Es hat beispielsweise keinen Sinn, orthopädische Einlagen zu tragen oder die Laufschuhe zu wechseln, wenn das Problem in einem Missverhältnis der beteiligten Muskulatur liegt. Es ist auch nicht von Nutzen, wenn orthopädische Einlagen verschrieben werden und die Laufschuhe, welche die Grundlage für die Einlagenversorgung darstellen, völlig unzureichend sind und somit die Wirkung der Einlagen neutralisieren.

Anamnese und Statik

In einem persönlichen Gespräch werden die näheren Umstände der bestehenden Verletzungsproblematik, sowie mögliche Einflussgrössen wie plötzliche Trainingssteigerung, Schuhwechsel, etc. erfragt. Zusätzlich dazu wird die Statik des Athleten untersucht und beurteilt.

Druckverteilung | Bodenreaktionskraft (Kinetik)

Bei der kinetischen Analyse werden einerseits die vertikalen Bodenreaktionskräfte und andererseits die Druckverteilung unter dem Fuss während des Gehens, bzw. des Laufens erfasst. Die Kraftkurven und Druckverteilungsbilder geben Aufschluss über die Art und Weise, wie der Läufer seine Füsse, bzw. seine Schuhe belastet und wie sich speziell die Fussgewölbe unter erhöhten Belastungen verhalten.



Bewegungsanalyse (Kinematik)

In der kinematischen Analyse des Gehens, Laufens oder Springens werden die Bewegungen der unteren Extremitäten sowie des Beckens und der Wirbelsäule erfasst (Highspeed-Kamera, Aufnahmefrequenz 250 Hz). Die Zeitlupenaufnahmen zeigen Fehlbewegungen auf der Ebene der Sprunggelenke (Pronation/Supination, Abduktion/Adduktion), auf der Ebene des Knies (Rotation des Unterschenkels, Einknickbewegung des Knies) sowie auf der Ebene des Beckens, bzw. der Lendenwirbelsäule (Blockaden/Asymmetrien in der Kippung, bzw. der Rotation).

