

## podofactum – GRUNDLAGEN

Die Grundlage unserer Arbeit ist die Erkenntnis, dass Beschwerden des Bewegungsapparates (z. B. Rückenschmerzen oder Fußfehlhaltungen) Ausdruck und Folge eines verschobenen Gleichgewichts (Fehlhaltungen, Muskelverhärtungen etc.) des gesamten Halte- und Bewegungsapparates sind.

Um die Ursachen von Beschwerden optimal ermitteln und ihnen gezielt entgegenwirken zu können, ist es erforderlich, Beschwerden nicht isoliert, sondern im Zusammenhang mit dem gesamten Bewegungsapparat zu betrachten.



## KONTAKT

podofactum • Axel Krauss  
Hohenwaldeckstraße 15 • 81541 München

Terminvereinbarung unter:  
Telefon 089.62 03 02 70 oder [info@podofactum.de](mailto:info@podofactum.de)  
[www.podofactum.de](http://www.podofactum.de)



### Axel Krauss

Der Orthopädietechniker und Podo-Orthesiologe ist Gründer von Podofactum. Als Entwickler einer neuartigen Hallux-Valgus-Orthese hat er in der Fachwelt für Aufsehen gesorgt. In Zusammenarbeit mit Orthopäden und Physiotherapeuten ist der Fußspezialist bereits seit vielen Jahren für Patienten mit Beschwerden am Halte- und Bewegungsapparat tätig.

**Die Untersuchung und Anpassung der Therapiesohlen kann problemlos bei Ihnen zu Hause oder im Büro durchgeführt werden. Dafür müssen Sie sich etwa eine Stunde Zeit nehmen.**



**podofactum**  
AKTIVE THERAPIEKONZEPTE

Bei Haltungsproblemen  
und Beschwerden  
am Bewegungsapparat

## podofactum – GESUNDHEIT UND WOHLBEFINDEN DURCH RICHTIGE HALTUNG UND BEWEGUNG

Podofactum bietet in Zusammenarbeit mit Orthopäden, Physiotherapeuten und Orthopädietechnikern aktive Therapiekonzepte bei Haltungproblemen und Beschwerden am Bewegungsapparat an.

Mithilfe von modernen Verfahren wie der Podo-Orthesiologie können die Beschwerden verursachenden Fehlhaltungen und -belastungen des Körpers behandelt werden. Beschwerden werden dabei nicht symptomatisch und isoliert behandelt, sondern ursächlich, indem der Bewegungsapparat aktiv wieder an die richtige Haltung und Bewegung herangeführt wird.

### podofactum – Unser Angebot

- Statische und dynamische Fußdruckmessungen
- Haltungs-, Gang- und Laufanalysen
- Haltungs-, Gang- und Laufberatung
- Neurophysiologische propriozeptive Therapiesohlen
- Schulungen und Fortbildungen rund um den Halte- und Bewegungsapparat

## podofactum – PODO-ORTHESILOGIE

### Mit der Kraft des Körpers Haltungsfehler ausgleichen und Körperhaltung lernen

Mithilfe dieses Therapiekonzeptes wird ausgehend von den Füßen die gesamte Statik und Muskulatur des Körpers aktiv beeinflusst.

Über Aktivierungselemente auf einer nur wenige Millimeter hohen Sohle werden spezielle Rezeptoren im Fuß (Propriozeptoren) aktiviert, die jede Druckänderung an der Fußsohle an die Haltungsmuskulatur des gesamten Körpers – vom Fuß bis hin zum Kiefergelenk und den Augen – weiterleiten. So lassen sich mithilfe der individuell angepassten Therapiesohle Impulse setzen, die den Verspannungen des Körpers sowie den falschen Haltungs- und Bewegungsmustern mit der Kraft des eigenen Körpers aktiv entgegenwirken.

### EMPFOHLEN BEI

- Fehlhaltungen und Fehlbelastungen
- Beschwerden an
  - Wirbelsäule
  - Hüfte
  - Knie
  - Schienbein
  - Fuß



## podofactum – WIE LÄUFT EINE PODO-ORTHESIOLOGISCHE BEHANDLUNG AB?

- Das Beschwerdebild wird besprochen und die Körperhaltung im Stand und in der Bewegung beobachtet.
- Es wird ein Blaudruck von der Fußsohle im Stand und in der Bewegung erstellt.
- Auf einem Spiegelkasten (Podoskop) können Druckpunkte auf der Fußsohle sichtbar gemacht werden.
- 1–2 mm dicke Korkplättchen werden nun an spezielle Stellen unter den Fuß geschoben. Sie beeinflussen die Sensoren im Muskel. Der Körper reagiert direkt über Muskelketten von den Füßen bis zum Kopf. Die untergelegten Korkplättchen werden im Blaudruck exakt eingezeichnet.
- Es werden maßgeschneiderte dünne Ledersohlen hergestellt, in welche die rezeptor-stimulierenden Elemente eingearbeitet sind.
- Die maßgefertigte Therapiesohle soll täglich in jedem Schuh getragen werden.
- Nach 8–10 Wochen sollte eine Kontrolluntersuchung stattfinden.
- Nach der podo-orthesiologischen Untersuchung werden Ihnen auf Wunsch noch spezielle Dehnungs- und Kräftigungsübungen empfohlen und gezeigt.