

## Gesundheit bei Kindern

### **goFit fördert gesundes Wachstum von Kinderfüßen Kinderorthopäde empfiehlt regelmäßige Anwendung**

**Kümmertshausen (Schweiz), 13. Oktober 2008 – Immer mehr Menschen leiden unter einer Deformation ihrer Füße. Die Folge sind vielfältige Beschwerden, die von Problemen beim Gehen bis hin zu massiven Rückenschmerzen reichen. Das regelmäßige Gehen auf der goFit-Gesundheitsmatte ([www.gofit-gesundheit.com](http://www.gofit-gesundheit.com)) unterstützt das natürliche Fußwachstum bei Kindern und wirkt so gesundheitlichen Einschränkungen schon im Vorfeld entgegen. Dies hat Dr. Aleksander Stosic, Orthopäde, Sportarzt und Leiter der Kinderorthopädie im Klinikzentrum Rijeka herausgefunden.**

Ärzte, vor allem Kinder-Orthopäden, kennen das Problem des Senkfusses, besonders in der Kleinkindzeit, wenn die Füße besonders stark wachsen und sich entwickeln. „Diese Problematik hat sich in den vergangenen Jahrzehnten deutlich verstärkt“, erklärt der erfahrene Kinderorthopäde Dr. Aleksander Stosic. „Der einzig logische Grund ist: Früher haben sich Kinder relativ häufig auf natürlich gewachsenem Untergrund bewegt, heute dagegen gehen sie meist auf glatten, harten und unnatürlichen Böden und häufig mit ungeeigneten Schuhen. Dadurch erhalten die noch nicht entwickelten Kinderfüße zu wenig Reizinformationen für ihr normales Wachstum und den Aufbau eines gesunden Fußgewölbes.“

Das Problem, so Dr. Stosic: „Aufgrund der unnatürlich gewordenen Rahmenbedingungen entwickeln sich die Füße vieler Kinder erst später, und dann meistens nicht normal.“ Dies ist nach Überzeugung des Mediziners der Hauptgrund für die zunehmenden Fußprobleme besonders bei älteren Personen ab dem 55. Lebensjahr. „Einige Studien stellen solche Beschwerden bei über 70 Prozent der Patienten fest.“

### **goFit sorgt für die entscheidenden Impulse**

In seiner täglichen Arbeit als Kinderorthopäde hat Dr. Stonic sowohl Kinder mit normal entwickelten Füßen als auch solche mit pathologischen Befunden in die Untersuchung mit der goFit-Gesundheitsmatte einbezogen: Kinder mit angeborenen Fußdeformationen, meist Metatarso-Adductus (Sichelfuß) und Pes equinovarus (Klumpfuß) sowie solche mit funktionalen invertierten Füßen.

Die Ergebnisse lassen aufhorchen: „Kinder, die täglich einige Male, mindestens jeweils 10 bis 15 Minuten, auf einer goFit-Matte gegangen waren, hatten besser geformte Füße und eine bessere Beweglichkeit als gleichaltrige Kinder, die nicht auf unebenen Unterlagen gelaufen waren.“ Bei den kleinen Patienten, die bereits einen operativen Eingriff hinter sich hatten, verlief die postoperative Genesung durch den Einsatz von goFit schneller und mit weniger Komplikationen. Sie fanden wesentlich einfacher und schneller zu ihren täglichen Aktivitäten zurück, so der Arzt.

„Die Wirkung auf den Kinderfuß ist am besten damit zu vergleichen, wenn Kinder einen Großteil des Tages barfuß in der Natur auf unebenem Boden laufen, als wenn sie – dies gilt vor allem für Stadtkinder – nur auf künstlichen, harten und ebenen Unterlagen gehen.“ Der Mediziner empfiehlt deshalb das regelmäßige Gehen auf der goFit-Matte als ideale Ergänzungstherapie zu anderen orthopädischen Behandlungsformen. „Die Anwendung der goFit-Gesundheitsmatte ist empfehlenswert für alle Kinder, die älter sind als ein Jahr – sobald

sie laufen können – bis zum Wachstumsende.“ Diese Empfehlung gelte ausdrücklich für alle Kinder, auch ohne eventuelle pathologische Befunde, aber noch mehr für jene, die bereits Fußdeformationen haben oder gar chirurgisch behandelt wurden. „Natürlich sollte in solchen Fällen der behandelnde Facharzt einbezogen werden.“

Die goFit-Gesundheitsmatte besteht aus pflegeleichtem, antistatischem Matt-Polyurethan. Ihre Oberfläche ist einem Kiesstrand nachempfunden, dessen verschieden hohe Kiesel sich nach allen Seiten bewegen können. Das Gehen auf der Matte, ideal sind täglich zweimal 10 bis 15 Minuten, wirkt auf den Organismus wie ein Spaziergang auf einem Kiesstrand.

In der Schweiz wird die goFit-Gesundheitsmatte seit Jahren in physiotherapeutischen Praxen und Wellness-Zentren, aber auch im privaten Umfeld für Gesundheitsvorsorge und Fitness, zur Unterstützung von Heilungsprozessen und Linderung von Beschwerden eingesetzt. Auf der Weltausstellung für Innovationen „Eureka“ in Brüssel erhielt die Matte den Innovationspreis und die Gold-Medaille mit Urkunde.

Die goFit-Gesundheitsmatte wird seit Anfang 2008 auf dem deutschen Markt vertrieben. Verkaufspreis für Endverbraucher pro Stück: 129 Euro inklusive Mehrwertsteuer.

#### **Hintergrund: Fußreflexzonenmassage heilt und wirkt anregend**

In Japan wissen Mediziner schon seit Jahrhunderten um die heilende Wirkung, die das Gehen auf einem Kiesstrand erzeugt. Basierend auf diesem einfachen Prinzip werden in asiatischen Badehäusern künstliche Kiesbeete angelegt, die ganz selbstverständlich vor und nach dem Bad mit nackten Füßen beschritten werden. Begeistert von dieser unkomplizierten Methode, das komplexe Geflecht der Fußreflexzonen zu stimulieren, haben auch die Amerikaner dieses System für viele ihrer Badehäuser übernommen.

Fußreflexzonenmassage basiert auf der Erkenntnis, dass es für jedes Organ des Körpers eine entsprechende Reflexzone auf der Unterseite der Füße gibt. Das regelmäßige Massieren dieser Punkte steigert nicht nur die körpereigene Energie und Abwehrfähigkeit, sondern gilt als eine der wirkungsvollsten Methoden der persönlichen Gesundheitsvorsorge. Die goFit-Gesundheitsmatte ist der Kiesstrand zuhause, im Büro oder unterwegs. Viele Beschwerden körperlicher, aber auch psychischer Art lassen sich durch das Gehen auf der Matte deutlich lindern. Bei einer Fülle von Krankheiten, die mit Medikamenten oder sonstigen therapeutischen Mitteln behandelt werden müssen, ist die Massage der Fußreflexzonen eine sinnvolle Ergänzung der ärztlichen Therapie.