

# Anwendungsbeobachtung

Mechanische Stimulation der Fußsohlenrezeptoren

Chronischer Rückenschmerz

„goFit-Gesundheitsmatte“

*Prof. Dr. med. Uhlemann Christine, Loth Dorit*

Kompetenzzentrum Naturheilverfahren

Klinik für Innere Medizin II

Friedrich - Schiller Universität, Jena

# Anwendungsbeobachtung

goFit-Gesundheitsmatte bei Rückenschmerz

---

## Fragestellung

**Welchen Einfluss hat eine serielle  
mechanische Stimulation der  
Fußsohlenrezeptoren mittels  
goFit-Gesundheitsmatte  
auf chronischen Rückenschmerz**

# Anwendungsbeobachtung goFit-Gesundheitsmatte bei Rückenschmerz

---

## Durchführung

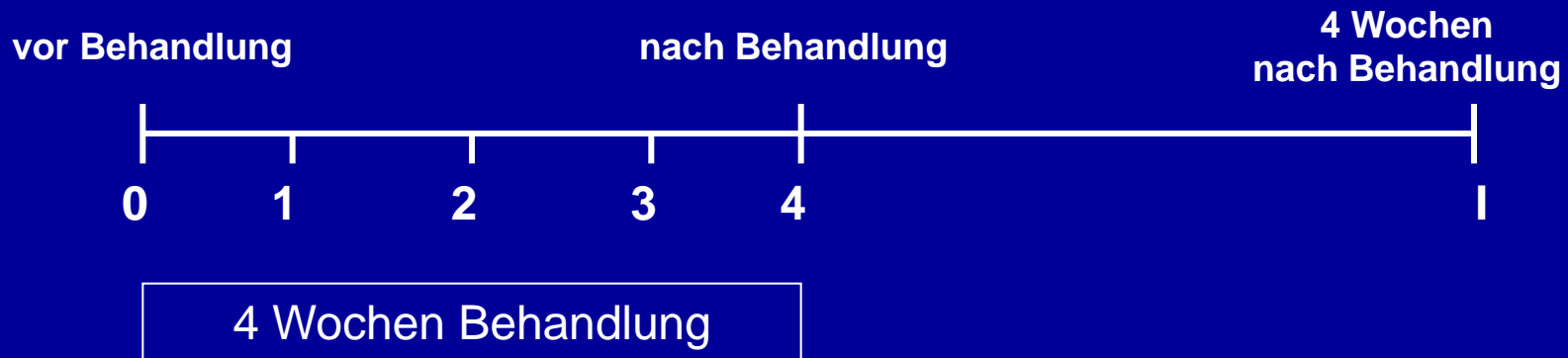
Dauer der Behandlung:

**4 Wochen**

2 x pro Tag je 10 Minuten

Fußreflexzonenmassage durch Laufen auf der  
goFit-Gesundheitsmatte

Kontrollzeitpunkte:



„goFit-Gesundheitsmatte“ Ein Produkt von goFit Schweiz  
[www.gofit-gesundheit.com](http://www.gofit-gesundheit.com)

# Anwendungsbeobachtung

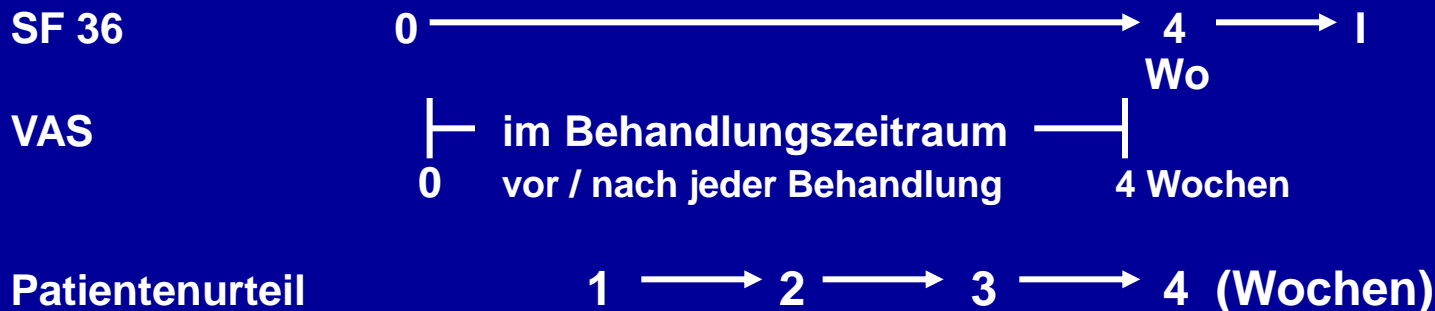
## goFit-Gesundheitsmatte bei Rückenschmerz

---

### Beurteilungskriterien

SF 36:	Fragebogen zum allgemeinen Gesundheitszustand
Schmerzintensität:	Visuelle Analogskala (VAS) 0 bis 10 ( keine Schmerzen bis unerträgliche Schmerzen)
Patientenurteil:	1 bis 5 ( stark verbessert bis stark verschlechtert )

### Beurteilungszeitpunkte



# Anwendungsbeobachtung goFit-Gesundheitsmatte bei Rückenschmerz

**n = 11 weibliche Patienten mit chronischem Rückenschmerz**

---

**Alter**  
(M in Jahren)

**Krankheitsdauer**  
(M in Jahren)

n = 11 (Beginn)

**59**

**8,7**

n = 5 (Ende)

**62**

**8,1**

## Abbruch von 6 Patienten:

n = 2 Schmerzen in den Füßen und Rücken

n = 2 starke Schmerzen in den Füßen

n = 2 Magen- und Darmprobleme

Auswertung der Anwendungsbeobachtung mit n = 5 Patientinnen.

# Anwendungsbeobachtung

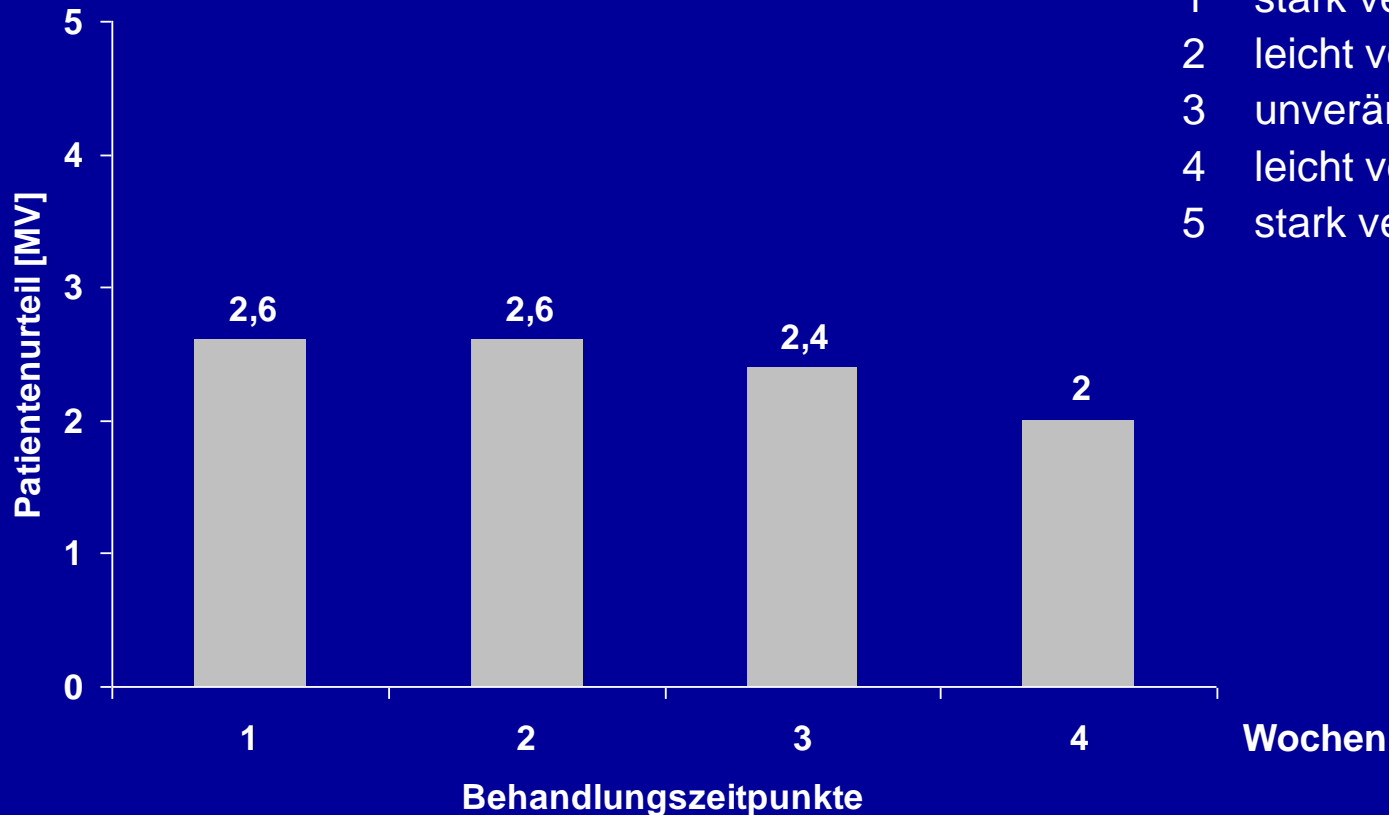
## goFit-Gesundheitsmatte bei Rückenschmerz

n = 5 weibliche Patienten mit chronischem Rückenschmerz

---

### Patientenurteil

- 1 stark verbessert
- 2 leicht verbessert
- 3 unverändert
- 4 leicht verschlechtert
- 5 stark verschlechtert



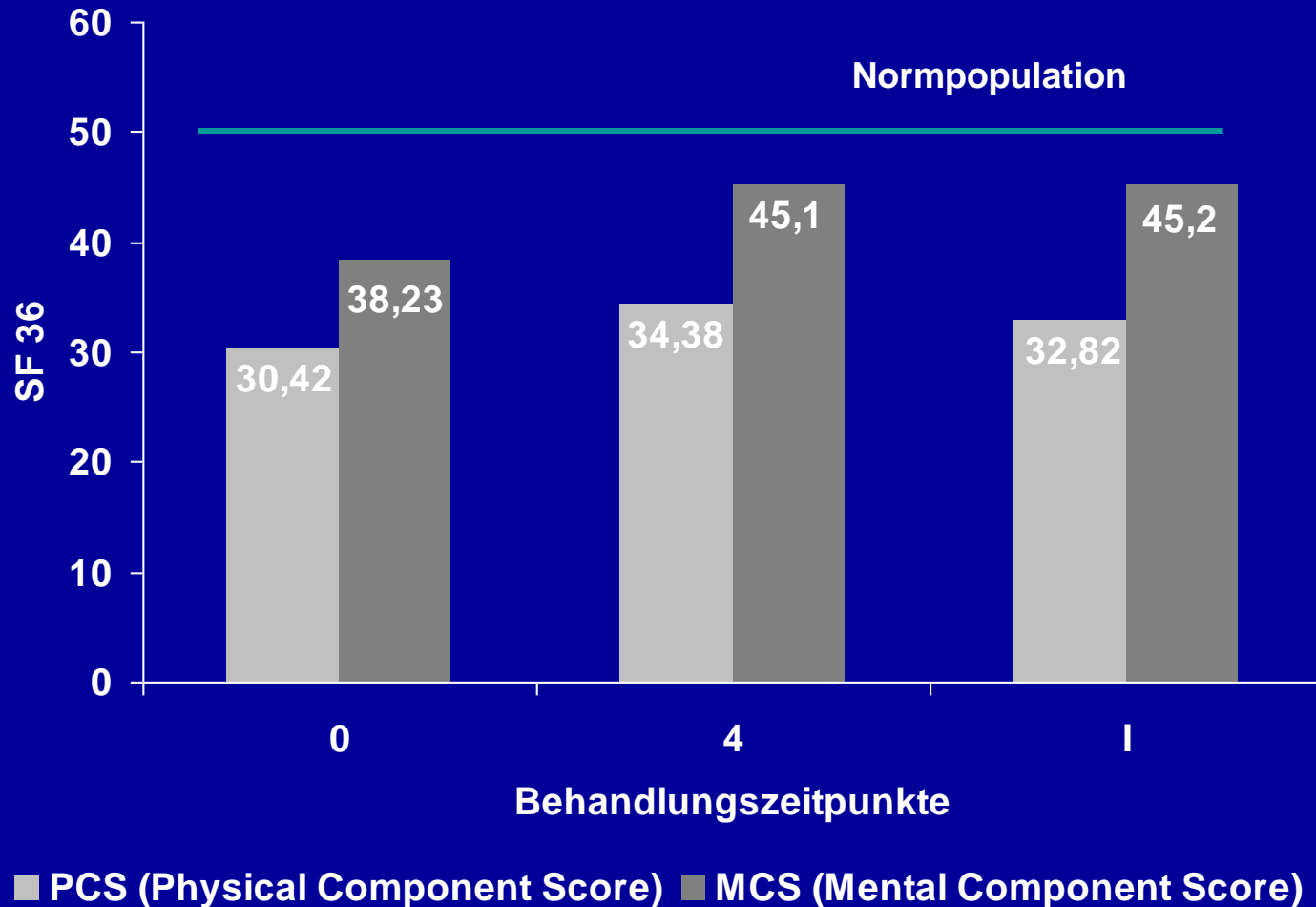
# Anwendungsbeobachtung

## goFit-Gesundheitsmatte bei Rückenschmerz

n = 5 weibliche Patienten mit chronischem Rückenschmerz

---

### globale Gesundheit ( SF 36 )

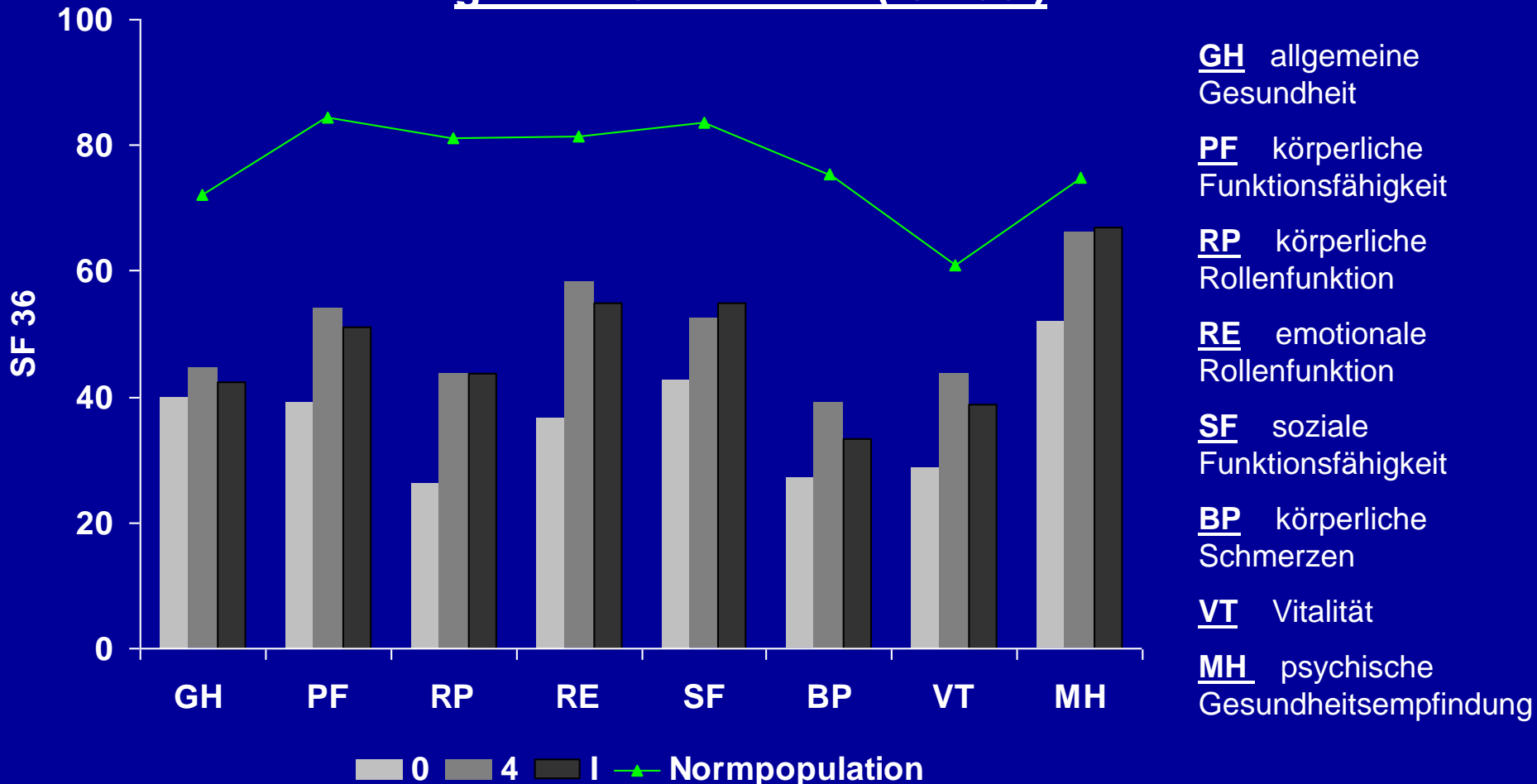


# Anwendungsbeobachtung

## goFit-Gesundheitsmatte bei Rückenschmerz

n = 5 weibliche Patienten mit chronischem Rückenschmerz

### globale Gesundheit ( SF 36 )

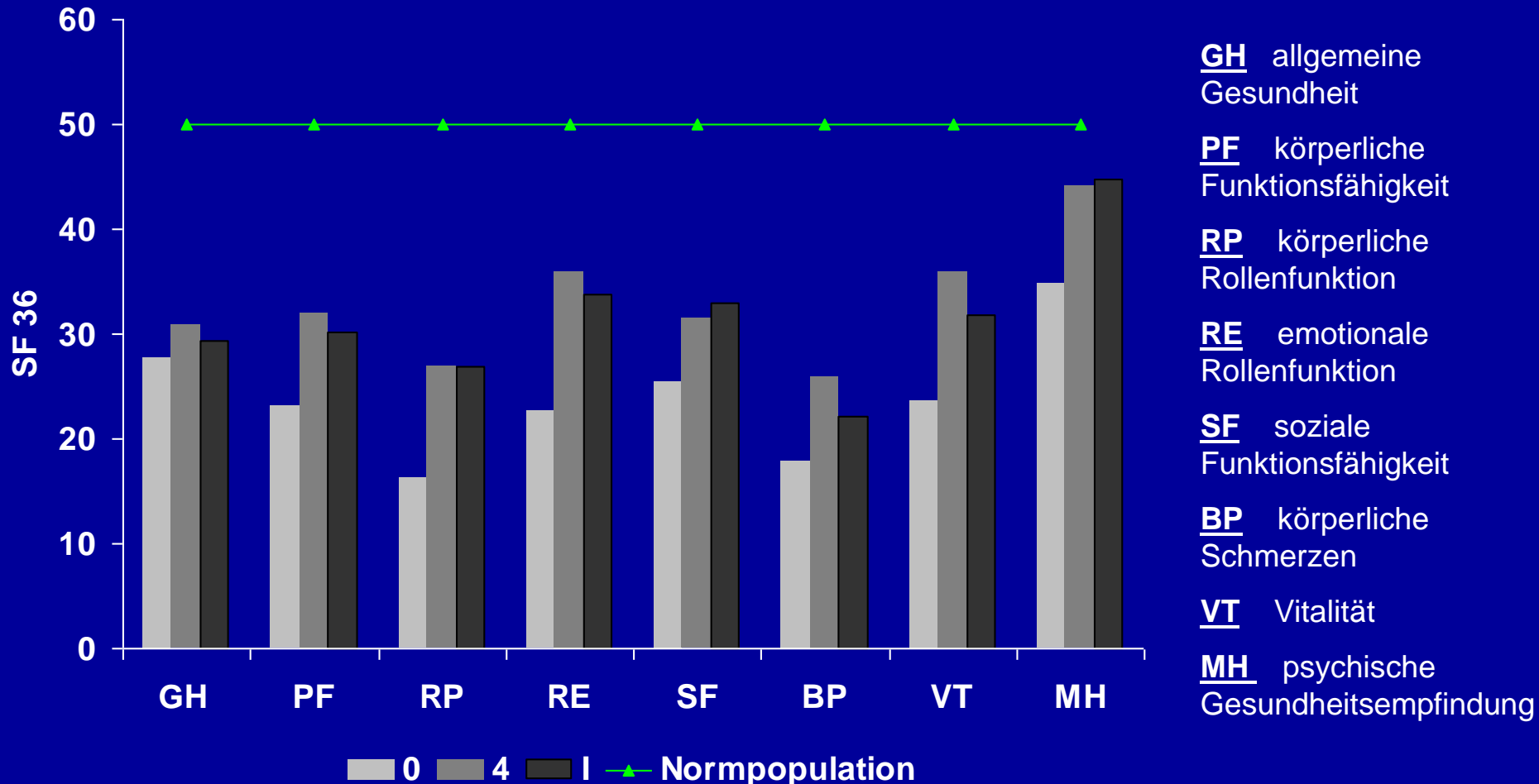


# Anwendungsbeobachtung

## goFit-Gesundheitsmatte bei Rückenschmerz

n = 5 weibliche Patienten mit chronischem Rückenschmerz

### globale Gesundheit ( SF 36 )



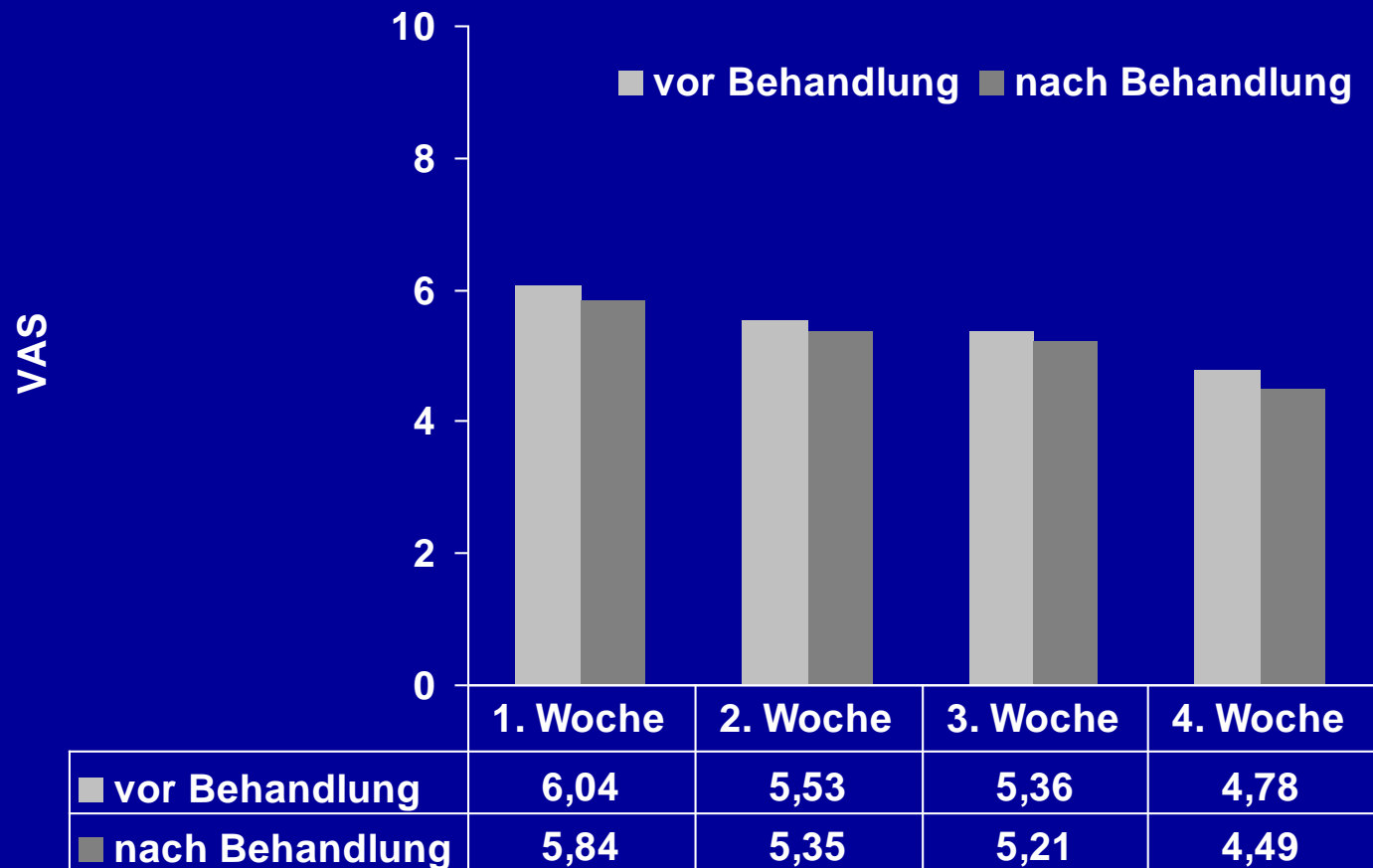
# Anwendungsbeobachtung

## goFit-Gesundheitsmatte bei Rückenschmerz

n = 5 weibliche Patienten mit chronischem Rückenschmerz

---

Schmerzintensität (VAS)    MV



# Anwendungsbeobachtung

goFit-Gesundheitsmatte bei Rückenschmerz

---

## Fazit

**Patienten, die das Laufen auf der Matte vertragen, erreichen eine Reduzierung von spezifischen Rückenschmerzen und eine deutliche Verbesserung des Allgemeinbefindens**

**Für die hohe Abbruchrate waren vornehmlich ausgelöste Schmerzen in den Füßen und eine Reizung der Verdauungsfunktion verantwortlich**