

## Ist der Nutzen von MBT-Schuhen belegt?

### Frage:

*Gibt es wissenschaftliche Erkenntnisse hinsichtlich eines Nutzens für das Tragen der sogenannten MBT-Schuhe? Wie können sich diese Schuhe bei Rückenschmerzen, Arthrosen der unteren Extremitäten sowie der Achillodynie auswirken? Welche Veränderungen des Gangbildes können auftreten?*

Manfred Schmitt, 84085 Langquaid

### Antwort:

Der positive Einfluss beim Tragen von MBT auf die Stabilität der

Sprunggelenkführung, die verbesserte Kraft und Koordination sowie der positive Einfluss auf die Wir-

belsäulenstatik war für alle fachlich kompetenten Beobachter von Beginn an erkennbar. In den letzten Jahren wurde international von renommierten Instituten und universitären Einrichtungen Studienergebnisse vorgelegt, welche die bis dahin gewonnenen empirischen Erfahrungen bestätigen konnten.

Es darf eine kleine Auswahl an Studien erwähnt werden:

■ Kälin und B. Segesser aus der Schweiz konnten nachweisen,

dass eine signifikante Kraftzunahme nach 3-monatiger Benutzung des MBT auf die Peronäus- und Trizeps surae- Muskulatur zu verzeichnen ist und damit eine deutliche Stabilitätsverbesserung des oberen Sprunggelenks resultiert.

- Linden und Stegen zeigten eine signifikante positive Beeinflussung der Cellulite durch Tragen des MBT.
- New aus GB konnte eine Verbesserung der Körperhaltung und nachweisliche Verringerung der Verletzungsanfälligkeit bestätigen.
- Nigg aus Kanada wies eine Verringerung der Knie- und Hüftbelastung durch regelmäßige Benutzung des MBT nach und wies auf den positiven Effekt bei implantierten Totalendoprothesen hin.

- Stegen zeigte den positiven Effekt auf eine verbesserte Lebensqualität auf.

- I.Kraus und T. Horstmann zeigten in ihren Untersuchungen eine Verbesserung der Hüftfunktion, dies auch im Hinblick auf Totalendoprothesenträger.

Die kurze Auswahl der Untersucher zeigt deutlich, wie groß das nationale und internationale Interesse am MBT hinsichtlich der Wirkungen auf biomechanisch relevante Strukturen des muskuloskeletalen Systems ist. Es werden regelmäßig neue Untersuchungen und Diplomarbeiten über den Einfluss des MBT vergeben und durchgeführt.

Jährlich wird ein Symposium in Deutschland von BIODYN (Generalimporteur Deutschland) veran-

staltet, wo namhafte Referenten u.a. neueste Ergebnisse in Zusammenhang mit MBT vorstellen und mit einem Workshop verbinden. Der nächste Kongress dieser Art findet am 3. November 2007 in Würzburg statt.

Die neuesten Ergebnisse werden weiterhin von BIODYN gesammelt, zusammengefasst und stehen auf Wunsch zur Verfügung. Bei Interesse können detaillierte Quellen zu den Untersuchungen bei BIODYN bzw. dessen beratendem Arzt angefordert werden.

*Dr. med. Dr. Tom Laser,  
MBT Deutschland,  
biodyn GmbH & Co. KG,  
Marienbergstraße 1a,  
87487 Ermengerst*