

## 10. Sporteinlagen Eiskunstläuferin

### Versorgungskriterien Was muss ich wissen?

1. Wie interpretiere ich die Verordnung?

Einlagen mit medialer Abstützung, 2. Versorgung nach 2016

Habe ich Spielraum? Ist die Verordnung allgemein oder konkret gehalten?

2. Welche Untersuchungstechniken wende ich an?

--

Beweglichkeit, Gangbild, Schmerzauslösung, Druckmessung, Palpieren, Funktionstest?

3. Wie interpretiere ich den Scan?

Unauffällig

Was fällt auf? Was sieht man nicht?

4. Welche Abformtechnik wähle ich?

2D

2D, 3D, Scan, Trittschaum, Gips, belastet, unbelastet?

5. Wie wirkt sich die Pathologie auf das Gangbild aus?

Unsicherheit bei Vollbelastung im Eiskunstlauftraining (z.B. bei Landungen)

Ausweichverhalten, hinken, Unsicherheit?

6. Gibt es Folgesymptome?

Druckstellen medialer Knöchel und Tibialis Posterior Ansatz

Überlastung lateral, Fersenschmerzen, Hammerzehen?



## 7. Welche Kriterien muss meine Versorgung erfüllen?

Was ist das Ziel, was soll erreicht werden?

## Versorgungsentscheid vermitteln.

8. Beratung für zusätzliche Massnahmen.

### Schaftanpassung Schlittschuhe

Schuhzurichtungen, Zehenorthesen, Bandagen?

9. Beratung betreffend geeignetes Schuhwerk

### Stabile Fersenkappen, Einlagen ev. auch in Freizeitschuhen

Spezialschuhe, Schuhe mit rigider Sohle, Knöchelhohe Schuhe, Torsion, Flexion, Fersenhalt

10. Beratung betreffend Fussgymnastik.

### Stabilisierung Fussgewölbe

Dehnungsübungen, Bewegungsübungen.

11. Beratung betreffend Kosten / Kostenträger

### Krankenkasse Zusatzversicherung

Grund- / Zusatzversicherung, IV, AHV, SUVA, MV



# Abgabe / Anprobe Hilfsmittel

Auf was achte ich speziell?

Handling beim Wechseln in Schlittschuhe

Habe ich erreicht was ich wollte? Handling?

Auf was achte ich bei der Nachkontrolle?

Druckstellen mediale Abstützung, medialer Knöchel, Tibialis Posterior Ansatz

Handling, Verträglichkeit, korrekte Funktion

Möglichkeiten zur Optimierung?

Einlagen Korrektur, Schaftanpassung

Kann noch optimiert werden?

Allgemeine Tipps für den Alltag?

--

Nicht Barfuss gehen, Hausschuhe tragen, langsam eintragen / angewöhnen