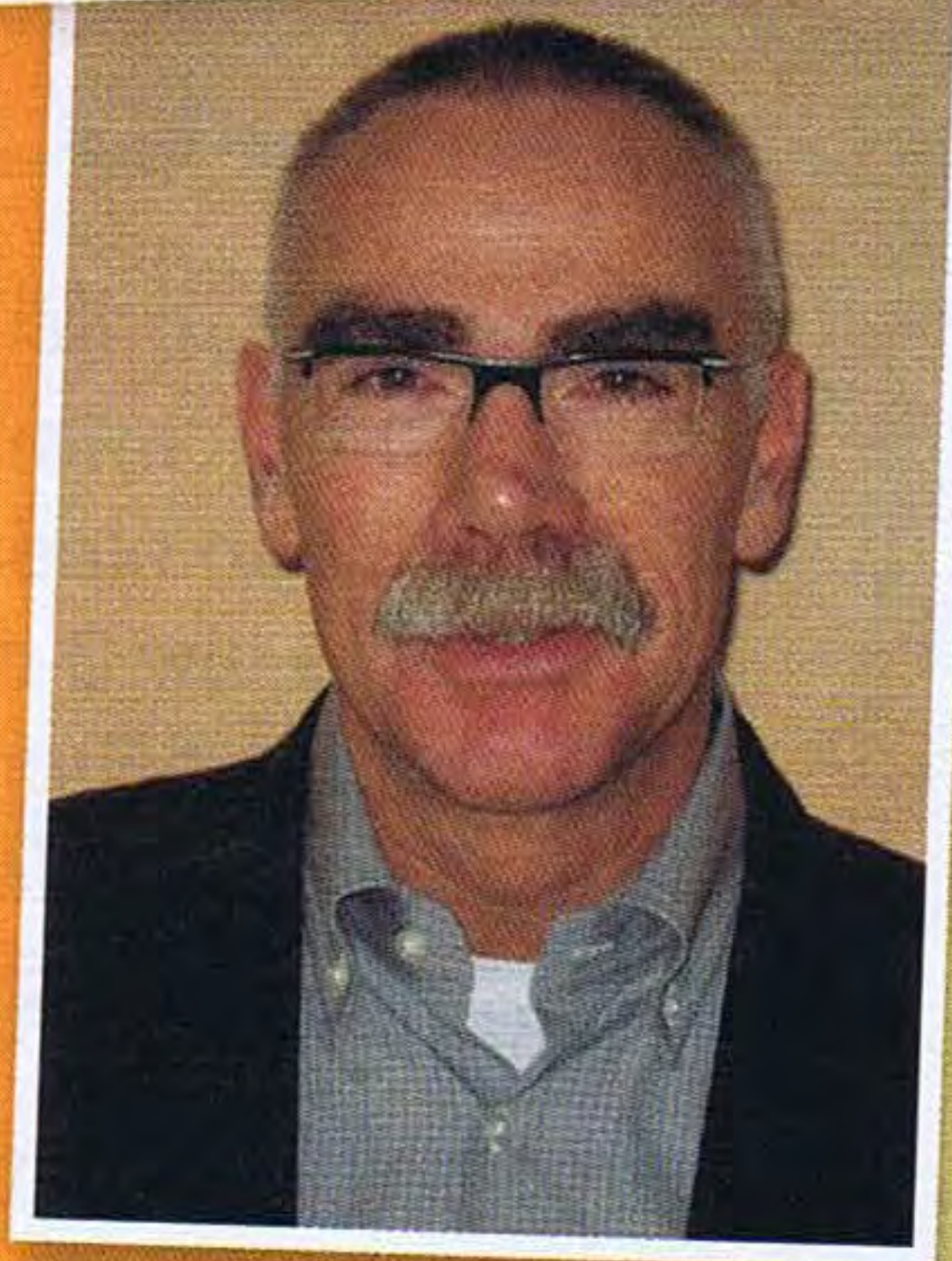


# Sprechstunde

**Dr. Wolfgang Mertens**  
Niedergelassener Orthopäde  
in Mönchengladbach  
Vorstandsmitglied des  
orthonet-NRW  
[www.orthonet-nrw.de](http://www.orthonet-nrw.de)



## Sind Einlagen bei Beckenschiefstand immer die richtige Wahl?

Eine häufige Ursache für Rückenschmerzen, chronische Kopfschmerzen wie auch für Nacken- und Knie-schmerzen ist ein Beckenschiefstand. Nur wenige Menschen leben mit einem exakt gerade stehenden Becken. Solange es nur wenige Millimeter sind, treten aber selten Schmerzen auf. Erst größere Unterschiede bedürfen einer Behandlung. Man unterscheidet dabei zwei Ursachen: Ein tatsächlicher oder ein nur scheinbarer Unterschied der Beinlänge. Bei tatsächlich unterschiedlich langen Beinen hilft oft schon eine individuell angepasste Schuheinlage. Befindet sich das Becken hingegen in einer dreidimensional verschobenen Position (z.B. durch Muskelverhärtungen oder Verletzungen), wirken die Beine nur unterschiedlich lang. Dann können Einlagen die Symptome sogar noch verschlimmern und eine komplexere Behandlung mit Osteopathie und sportlicher Aktivität ist nötig.