



## Centrum für Orthopädie und Spezielle Schmerztherapie

Dr. med. Christoph J. Bäumer D.O.(EROP/DAAO), MSc paed ost  
Facharzt für Orthopädie, Spezielle Schmerztherapie, Chirotherapie, Sportmedizin  
Ärztlicher Osteopath, Kinderosteopath, Haltungsmediziner nach BMPS<sup>R</sup>  
Ambulantes Centrum für Osteologie nach DVO

**Dockenhudener Straße 27**  
**Telefon 040 866931 0**  
**www.cobl.de**

**22587 Hamburg**  
**Fax 040 866 931 11**  
**info@cobl.de**

---

*Dr. Christoph Bäumer Dockenhudener Str. 27 22587 Hamburg*

### **Was ist die SmartInsole® nach Dr. C.Bäumer?**

**Die SmartInsole ist ein „Biointerface“, das bestimmte körperliche Reaktionen im Menschen wissenschaftsbasiert induziert.**

**Sie kann eingeschränkte körperliche Funktionen verbessern, bei frühzeitigem Einsatz auch Funktionsstörungen mit Krankheitsfolge vorbeugen.**

Sie ist die erste Fussbettung (Rezepttext: Bettungseinlage, elastisch, 4/4 lang) die das biologische Gehen auf unebenem natürlichen Untergrund simuliert und gut zu den Füßen ist. Dabei besteht ein wissenschaftlich begründbarer therapeutischer Nutzen für die Haltungssteuerung und den lymphatischen und venösen Rücktransport aus den Beinen zum Herzen hat. Daher ist diese Sohle auch besonders beliebt für allgemeine Gesundheitsprävention im betrieblichen Gesundheitsmanagement.

Alle Menschen, die betrieblich bedingt viel stehen und gehen müssen (Management, produzierendes Gewerbe, Einzelhandel, Kranken- und Altenpflege, Gastronomie etc.) bedienen sich gerne der SmartInsole der Firma SmartFoot.

Aber auch die meisten älteren Menschen mit sturzbegründenden Gang- und Standunsicherheiten profitieren wissenschaftlich nachgewiesen von einer solchen texturierten Sohle, da die Sturzgefahr messbar sinkt. Also sollte diese Fussbettung Typ SmartInsole® auch in Seniorenresidenzen verstärkt zum Einsatz kommen, sturzpräventiv. In Kindergärten und Schulen sollte die Sohle präventiv flächendeckend zum Einsatz kommen, weil Kinderfüsse als Basis einer gesunden Körperhaltung in 98 % aller Neugeborenen gesund sind, und diese Quote der gesunden Füsse in Deutschland nach einer Studie der BKK Bayern auf ca 40 % im Laufe des Erwachsenwerdens abnimmt.

Die diesem Prozess u.a. zugrundeliegende Entkoppelung der Füße von normalen biologischen Einflüssen eines natürlichen unebenen Untergrundes in Kombination mit der erheblichen Verringerung der durchschnittlichen täglichen Schrittzahl (20.000 auf 500!) wird durch die Fussbettung reduziert- alle normalen Leistungen des Fusses für den gesunden Menschen werden optimiert zum Erhalt der Fuss- und Haltungsgesundheit:

- Reflektorische Steuerung der Haltung und des Gangbildes (Stabilisierung der Haltung)
- Stabilisierung der Fuss- und Beinmuskeln (Stabilisierung des Fusses)
- Verstärkung der Pumpfunktion von venösem Blut und Lymphe (Verbesserung des Flüssigkeitstransportes zurück zum Herzen)
- Anregung der arteriellen Durchblutung was im Winter auch zu wärmeren Füßen beitragen kann
- Reduktion der Entstehung schwerer Beine und venöser Symptomenkomplexe (Vorbeugung operationspflichtiger und thrombosefördernden venöser Krankheiten)

Die SmartInsole® kompensiert also Teile der negativen zivilisatorischen und degenerativen Einflüsse auf die komplexe Gesundheit des Menschen bzw. deren Reparatur- und Resilienzmechanismen.

So kann für viele Menschen (Kinder, Berufstätige, Ältere sowie allen Menschen mit Wunsch nach Gesunderhalt) durch die Verwendung eines einfach zu nutzenden und da konfektioniert auch preiswerten wie kassenfähigen Hilfsmittels (GKV und PKV) geholfen werden.

Langfristig sind Einsparungen für Folgekosten dann nicht mehr behandlungsbedürftiger Folgekrankheiten (Rückenschmerzen, Fuss-Knie-Hüftprobleme, Craniomandibuläre Dysfunktionen etc., Frakturen infolge vermeidbarer Stürze beim älteren Menschen in Zusammenhang mit Osteoporose und Frialty Syndrom, venöse Krankheiten) zu erwarten. Das ist sicher interessant für solidare System- und Kostenträger.

## **Fazit für die Anwendung:**

Die SmartInsole® ist einfach zu nutzen, effektiv und preiswert.

Der gute Effekt ist wissenschaftlich fundiert, und für eine sehr grosse Gruppe der Bevölkerung nutzbar.

Der flächendeckende Einsatz des Smartfoot Systems ist langfristig in der Lage, die Folgekosten eigentlich vermeidbarer Gesundheitsstörungen zu verringern.

## **Was macht die erste wissenschafts- und patentbasierende bio-logische Fussbettung in der Geschichte des Konfektionsschuhs nach Dr. C. Bäumer?**

**Wir bringen Gesundheit in den Schuh und aktivieren Muskeln, Nerven, Arterien, Venen und Lymphbahnen.**

**Damit halten wir (Kinder-)Füsse gesund.**

**Denn der Fuss ist:**

- .... ein Tastorgan und möchte fühlen, um vor Verletzungen zu schützen und die Bewegung und Haltung des Menschen zu organisieren
- .... ein kraftvolles Muskelorgan und möchte arbeiten für Haltung und Fortbewegung,
- .... die wichtigste Venenblut- und Lymphpumpe des Menschen und möchte Blut und Lymphe zum Herzen zurückbewegen.

## **Wer braucht die SmartInsole® ?**

**(100 % bezieht sich dabei immer auf die Gruppe der Nicht-Fuss-Strukturkranken)**

- 100 % der noch fussgesunden Kinder um gesund zu bleiben
- 100 % der alten Menschen ohne schwere strukturelle Fusskrankheit um weniger zu stürzen
- 100 % der Werktätigen in stehenden Berufen wie Gastronomie, Pflege, Einzelhandel, Produktionsstrassen etc.
- 100 % aller Kompressionsbestrumpften
- 100 % der Teilnehmer an BGM Massnahmen falls fußstrukturgesund
- 100 % der Vielsitzer und wenig Läufer, zB die im Büro Tätigen