

**Diagnose: Tibiakopffraktur**

L F 11 Jahre

**Diagnose: Pfählungsverletzung linker Unterschenkel mit Peroneusläsion**

Durch Zufall - "Mund-zu-Mund" - bin ich auf Frau Hölper gestoßen.

Anlass war meine 3x operierte Schienbeinkopffraktur, zugezogen durch einen einfachen Sturz beim Skifahren. Nachdem ich meine 3-monatige, ambulante Reha abgeschlossen hatte, und dort schon zuhauf Physiotherapeuten zu meiner Unzufriedenheit - schließlich war ich immer gut trainiert - kennen gelernt hatte, hatte ich mir vorgenommen, jetzt muss etwas geschehen, sonst wird das nichts mit meinem Knie.

Kurzum: Umgehört, Frau Hölper kennen gelernt und so glücklich, wie noch nie!! Endlich mal jemand, der einen fordert, der das letzte aus einem rauskitzelt. Innerhalb einer Woche hatte ich so gutes Training erfahren, wie während der ganzen 3 Monate Reha nicht! Ich hatte das Gefühl, als könne ich gleich wieder auf die Skier steigen. Effektives Muskeltraining, ganzheitlich bezogen - nicht nur die betroffenen Stellen müssen arbeiten, sondern der ganze Körper - und das ganz ohne Hilfsmittel (Gummibälle, Weichmatten, Wippen, Parcoursläufe etc. adé!).

Einen besseren Personal-Trainer konnte ich mir nicht wünschen!!

Inzwischen bin ich schon ein ¼ Jahr bei ihr, regelmäßig 2x/Woche und der Bewegungsablauf wird immer besser, Muskeln kommen wieder, schiefe Hüften o.a. kommen wieder ins Lot.

Und sollten einmal Ferien sein, gibt es Entzugserscheinungen. Nichts Besseres hilft gegen Stimmungstiefs als Bewegung und ein gutes Training!

Oben gesagtes gilt für mich persönlich. Des Weiteren möchte ich berichten, über die unglaublichen Fortschritte meiner 9-jährigen Tochter, die ich, nachdem ich Frau Hölper kennen lernte, auch gleich zu ihr schickte:

Meine Tochter erlitt im Alter von 7 Jahren eine Pfählungsverletzung im linken Unterschenkel, wodurch der Peroneus -Nerv irreparabel zerstört wurde; will heißen ihre linke Fußheberfunktion ist seit dem gestört und durch Nerventransplantation o.ä. nicht wieder herzustellen.

Die übliche Krankengymnastik hatten wir gleich ad acta gelegt, denn 3x/Woche 20 Min. Trampolin springen oder Bälle kicken, schien uns nicht allzu hilfreich. Nach langer Suche kamen wir nach Köln, zu einer Heil-Yoga-Therapie nach B.K.S. Iyengar.

Auch sehr gut, aber mühsam, weil weit. Diese ging fast 2 Jahre.

Dann kam Frau Hölper:

Innerhalb einen ½ Jahres hat sie es geschafft, ihr Gangbild so zu stabilisieren, dass der "Fehlgang" für einen Außenstehenden kaum mehr ersichtlich ist. Die Hüfte wird nicht mehr zum "vorwerfen" des Beines nach oben gezogen, der Fuß kommt nicht mehr platschend, sondern kontrolliert zu Boden.

Die Muskeln werden hier intensivst trainiert, Verkürzungen in der Achillessehne vorgebeugt, Hüfte und Wirbelsäule (und somit auch Geist und Seele) ins Gleichgewicht gebracht.

Eine Nervenmessung ergab, dass der Nerv sich, zwar nicht in seiner vorgesehenen Bahn, aber immerhin im Muskel, weiter entwickelt und diesen teilweise weiter innerviert.

Zudem kommt die außerordentliche Beratung und Beurteilung, zunächst für die erforderliche Peroneus-Feder (-Schiene), aber auch für z.B. evtl. zukünftig anstehende Operationen oder Sportalternativen.

Und ganz nebenbei gibt es noch einen regen Austausch zwischen den beiden in Vorpubertären Fragen. Das Danke ist so groß, dass man es kaum aussprechen kann: DANKE!!!