

DER BABINSKI-REFLEX

Der Babinski-Reflex ist von Geburt an vorhanden und wird zwischen dem ersten und dem zweiten Lebensjahr integriert. Er wird durch leichtes streicheln mit den Fingernägeln entlang der Außenseite der Fußsohle – von den Zehen an rückwärts - ausgelöst. Der Große Zeh wird sich dann nach oben biegen und die anderen Zehen werden sich wegspreizen.

Funktion

Diese Funktion ist höchstwahrscheinlich – wie der plantare Greifreflex – ein Überbleibsel früherer Evolutionsstufen, wo es als ein „Loslassen des Mutterfell-Reflexes“ fungierte.

Nicht integrierter Babinski-Reflex

Wenn der Reflex nicht integriert ist, wird es beim Gehen stören, da die Bewegungen der großen Zehe den Gang unstatistisch und unsicher werden lassen. Da dieses Problem manchmal auch einseitig ist, wird das Gehen ungleich, mit verschiedener Schrittlänge. Das führt auch zu einem verminderten Gleichgewichtsgefühl, da die Füße dazu benutzt werden sich in den Boden zu krallen, um das Gleichgewicht zu erhöhen.

Symptome des Babinski-Reflex:

- Unregelmäßiger und ungleichmäßiger Gang, möglicherweise mit unterschiedlicher Schrittlänge.
- Bei der Überprüfung auf dem Gymnastik-Balken, kippt der große Zeh nach vorne und das Gleichgewicht geht verloren.

Überprüfung:

- Lassen Sie den Patienten Schuhe und Socken ausziehen. Untersuchen Sie jeden Fuß einzeln.
- Streichen Sie mit den Fingern sanft entlang der Außenseite der Fußsohle vom Ballen rückwärts.
- Wenn der Reflex vorhanden ist, wird der große Zeh sich nach oben strecken und die anderen Zehen werden sich abspreizen.

Übung:

Der auslösende Sinn:

- Tastsinn.

Gegen den Reflex:

- Gehen Sie auf den Zehen/Fersen/ Außenseite/Innenseite der Füße.
- Rollen Sie die Füße auf einem Massageball (mit Knöpfen).
- Gehen Sie barfuß auf allen möglichen Oberflächen Sand/ Kies etc.
- Tragen Sie Sportsandalen mit Massageknöpfen.
- Heben Sie Gegenstände mit den Füßen auf.
- Nehmen Sie ein Luftblasenbad für die Füße.