

**Herr Müller, was ist an Ihrer Erfindung denn so revolutionär?**

Vor 1996 sind alle Schuhe weltweit nach dem Prinzip «stabilisieren des Fusses» gebaut worden. Das hat die Fussmuskulatur eher geschwächt als trainiert. Ich wollte genau das Gegenteil bezwecken und habe eine instabile Sohle erfunden, die den Fuss mobilisiert dadurch bei jedem Schritt die Muskulatur am ganzen Körper trainiert. Das ist die Geburt der aktiven Gesundheitsschuhe gewesen. Von da an hat die ganze Welt ihre Schuhe nach meinem Prinzip gebaut. Unter anderem ist auch der Nike Free von dieser Idee inspiriert worden.

**Hand aufs Herz, haben Sie gar keine Schmerzen?**

Doch, doch, schon als Jugendlicher habe ich meine Knie beim Fussballspielen immer eingebunden. Vor drei Monaten habe ich mir bei einer Grätsche einen doppelten Meniskusriss im linken Knie zugezogen und habe zwei Wochen nicht mehr gehen können. Nach drei Monaten kybun Joya Therapie bin ich nun auch unter Belastung wieder vollends schmerzfrei. Letzten Winter habe ich mir von einem Sturz beim Skifahren einen Bandscheibenvorfall geholt. Diesen habe ich mir nach drei Wochen wegtherapiert. Vor zwei Jahren habe ich mir bei einer Spagat-Vorführung mehrere Risse in der hinteren Oberschenkelmuskulatur zugezogen. Die Schmerzen sind mittlerweile komplett verschwunden, die Beweglichkeit ist rechts aber etwa 5% kleiner als links.

”

ICH KÖNNTE 10 MRD. GESUNDHEITSKOSTEN EINSPAREN.» **KARL MÜLLER**

**Würden Sie Ihr Gelenk operieren lassen?**

Wenn es sich nicht um einen Unfall handelt, würde ich eine Operation um jeden Preis verhindern. Denn Operationen lösen nicht die Ursache, sondern zielen nur darauf ab, die Schmerzen loszuwerden. Die Schmerzen sind aber dein Freund, der dir sagen will, was du an deinem Verhalten, an deiner Art zu gehen, ändern sollst. Eine Operation kann vorübergehend zwar Schmerzen lösen, verursacht jedoch «Flurschäden» in Form von Narben und Faszienverklebungen. Das wiederum reduziert die Beweglichkeit und löst



Interview mit Karl Müller III - Erfinder der kybun Technologie

(Bild: St. Galler Tagblatt/Benjamin Manser)

# Der Pionier des Gesundheitsschuhs wird 70!

Der Ostschweizer ETH-Ingenieur und Bewegungswissenschaftler Karl Müller hat mit seinen Erfindungen die Schuhindustrie revolutioniert. Er hat Nike zur Erfindung des Nike Free inspiriert und Skechers ist mit Müller's Erfindung zur zweitgrössten Schuhmarke der Welt aufgestiegen.

einen Teufelskreis von Folgen aus: Schonhaltungen, Überlastung anderer Gelenke, erneute Gelenkschmerzen etc. Orthopädische Operationen schaden somit meistens mehr, als dass sie nützen. Sie stellen ein grosses Risiko dar. Man weiss nie, wie sie ausgehen. kybun Schuhe hingegen kann man 2 Wochen für EUR 25 ausprobieren. In dieser Zeit merkt man meistens, ob sie einem etwas bringen.

**Jährlich werden Kosten in Milliardenhöhe für Operationen ausgegeben. Warum lässt man seine Knie, Hüfte und Rücken so «leichtfertig» operieren?**

Das ist nicht überall auf der Welt so. Deutsche und

Schweizer sind Weltmeister darin. Es hat sich einfach so eingebürgert, dass man zum Arzt springt, wenn man Schmerzen verspürt. Wenn die Krankenkassen nicht zahlen würden oder man 30% selbst zahlen müsste, würde man länger zuwarten. Dabei gibt es kostengünstige und unkomplizierte Alternativen, wie den kybun Schuh. Als Patient würde man schnell erkennen, dass sich Gelenk- und Rückenschmerzen ganz von selbst lösen, wenn man etwas Geduld mitbringt, und gesundes Gehen lernt. Genau dafür stellen wir kybun Schuhe her und bieten unser Knowhow an.

**Erzählen Sie etwas über sich, das fast niemand weiss?**

Ich habe 20 Jahre in Korea gelebt und beherrsche Koreanisch in Wort und Schrift. Seit 30 Jahren bin ich Selbstversorger. Seit meiner Pension arbeite ich jeden Tag auf dem Feld und in der Küche, um meine Ernten das ganze Jahr über haltbar zu machen. Ich ernähre mich mehrheitlich von fermentiertem Gemüse, denn die Ernährung ist ein wichtiger Aspekt der Gesundheit. Bei der Ernährung spricht man immer von der Qualität, bei der Bewegung aber nur von der Quantität: Der Arzt spricht nur von den 10'000 Schritten. Dabei ist das Gehen auf harten Böden höchst schädlich für die Gelen-

ke und den Rücken. Warum sagen die Ärzte nicht, wie man gesund gehen sollte? Aus der Bewegungswissenschaft weiss man, dass die Trampolinbewegung die Beste ist, nicht nur für die Gelenke und den Rücken, sondern beispielsweise auch gegen Osteoporose. Genau deshalb haben unsere Schuhe eine elastisch-federnde Sohle, sozusagen eine Trampolinsohle. Qualitativ gute Bewegung ist sogar noch wichtiger als qualitativ gute Ernährung.

”

KYBUN SCHUHE KANN MAN AUSPROBIEREN, OPERATIONEN NICHT. **KARL MÜLLER**

**Werden Sie mit 100 noch Fussball spielen?**

Mit 70 geht das noch wunderbar. Auch Skifahren geniesse ich jeden Winter in vollen Zügen und ohne Einschränkungen. So Gott will, geht das auch noch mit 100 Jahren. Ich bin aber dankbar, wenn ich bis dahin noch ähnlich beweglich bin wie jetzt – damit ich noch ein Leben lang schmerzfrei gehen und joggen kann.

Vielen Dank, Herr Müller, für Ihre Zeit und dem sehr spannenden Interview.

ANZEIGE

Die Schweizer Lösung gegen Schmerzen.



The medical swiss air-cushion shoe.

**kybun**  
Switzerland

[www.kybun.de](http://www.kybun.de)