

Beweis für einen Zusammenhang mit einem Fersensporn (Plantarfasziitis, Plantarfasziose)	Faktor
Starker Zusammenhang	<ul style="list-style-type: none"> • BMI¹ (bei Nicht-Sportlern) • Vorhandensein eines Fersensporn
Schwacher Zusammenhang	<ul style="list-style-type: none"> • Erhöhtes Gewicht (bei Nicht-Sportlern) <ul style="list-style-type: none"> • Erhöhtes Alter • Verringerte Beweglichkeit der Fußstrecker <ul style="list-style-type: none"> • verringerte Streckung des Großzehengrundgelenks <ul style="list-style-type: none"> • Langes Stehen
Nicht eindeutiger Zusammenhang	<ul style="list-style-type: none"> • Statische Fußhaltung (z. B. Überpronation) • dynamische Fußpositionen (z.B. Überpronieren beim Gehen oder Laufen) • Alle weiteren Faktoren die in weniger als drei Studien aufgezeigt wurden.²
Kein Zusammenhang	<ul style="list-style-type: none"> • Größe (bei Nicht-Sportlern) • Größe, Gewicht und BMI bei Sportlern

1 Der Body-Mass-Index (BMI ['bɔdi mæs 'iɛdɛks]) – auch *Körpermasseindex (KMI)*, *Körpermassenzahl (KMZ)* oder *Quetelet-Kaup-Index* – ist eine Maßzahl für die Bewertung des Körpergewichts eines Menschen in Relation zu seiner Körpergröße. <http://de.wikipedia.org/wiki/Body-Mass-Index>

2 Die weiteren Faktoren sind z. B.: erhöhte Dicke der Plantarfaszie, weibliches Geschlecht, verringerte Fußbeugekraft, Inaktivität. Erhöhte Dicke des Fersenpolsters, vorherige Verletzungen.