

Kinesiologisches Taping – neu und revolutionär



Text: Stephan Mogel

Sei es beim Beachvolleyball in Gstaad, an der Fussball-EM in der Schweiz und Österreich oder an den Olympischen Spielen in Peking: «Sie» fallen immer mehr auf. Bunte Klebebänder im Nacken, an der Schulter, über der Wade oder den Oberschenkelmuskel, der Sportler, die wie ein auffälliges Accessoire wirken. Tatsächlich stehen diese Kleber aber für eine neue, revolutionäre Behandlungsweise von Schmerzzuständen, Bewegungseinschränkungen und Kraftdefiziten. «Kinesiologisches Taping» heisst diese Methode, welche in kurzer Zeit zum therapeutischen Wundermittel avanciert ist. Denn im Gegensatz zu konventionellen Verbänden, Pflastern und Tapes schränkt das Kinesiologische Tape die Bewegungsmöglichkeit nicht ein, sondern fördert und unterstützt sie sogar.

Eine japanische Erfindung

In den 70er Jahren machte der japanische Chiropraktiker Dr. Kenzo Kase die Erfahrung, dass die Behandlung seiner Patienten oft nur kurzfristig Erfolg brachte und Sie mit den gleichen Beschwerden schnell wieder in seine Praxis kamen. Er begann darauf hin mit verschiedenen Tapematerialien zu experimentieren. Zusammen mit der japanischen Firma Nitto Denko Cor-



Foto: FVB

Verbesserung der Kniestabilität.

poration entwickelte er schliesslich das Kinesiologische Tape. Es zeigte erstaunliche Wirkungen bei seinen Patienten. Mittlerweile hat sich die Methode von Dr. Kase über Asien, Amerika bis nach Europa verbreitet. Durch den Einsatz im Spitzensport wurden Mediziner, Therapeuten und auch viele Patienten auf dieses neuartige Taping aufmerksam. In der Schweiz kennt man die Methode unter dem Namen «Kinesiologisches Tape by Kinesioschweiz» oder «K-Active Europa».

Wie eine zweite Haut

Das neu entwickelte Material unterscheidet sich grundlegend von anderen Tapes. Es ist der Haut und ihren Eigenschaften wie Dicke, Gewicht und Dehnfähigkeit nachempfunden. So kann das Tape feine sensorische Informationen über Rezeptoren der Haut an den restlichen Körper weitergeben. Dadurch werden körpereigene Heilungsmechanismen bei Verletzungen >>

Foto: FVB



Tape bei einseitigen Schulterbeschwerden.

und Störungen angeregt, Schmerzzustände reduziert und gleichzeitig Bewegungsmöglichkeit und Kraftentwicklung verbessert. Die Wirkung des K-Active Tapes erklärt sich u.a. über eine Verbesserung des Blut- und Lymphsystems mittels einer positiven Veränderung der Mikrozirkulation. Durch die Druckentlastung der Rezeptoren erreicht man eine Schmerzlinde- rung. Weitere Wirkungsweisen sind zum einen die Korrektur von Gewebsstrukturen, eine daraus resultierende Verbesse- rung der Muskelfunktion sowie ein positiver Einfluss auf innere Organe (Haut-Eingeweide-Reflexe).

Vielseitig in der Anwendung

Das K-Active Tape ist sehr vielseitig in seiner Anwendung. Es gibt sieben verschiedene sogenannte Anlageformen. So kann der Therapeut die Anlageform an das jeweilige Krankheitsbild des Patienten optimal anpassen. Mit einer Muskeltechnik und einer Ligamenttechnik kann zum Beispiel eine instabile Schulter zielorientiert verbessert werden. Die Sehnentechnik an der Achillessehne befreit Sportler von leistungslimitierenden Schmerzen. Bei Sportlern und Patienten mit Blutergüssen, Schwellungen und Ödemen (z.B. nach Verletzungen oder Operationen) wird das Kinesiologische Tape sehr erfolgreich zum schnelleren Abtransport der Flüssigkeit im Gewebe eingesetzt. Mediziner und Therapeuten empfehlen K-Active Tape u.a. bei:

- Schulter-, Hüft- und Knieschmerzen sowie damit verbun- dene Bewegungseinschränkungen
- Rückenschmerzen, Schleudertraumen und Instabilitäten
- Sportverletzungen, z. B. Blutergüsse, Zerrungen, Muskelfa- serrisse, Sehnenreizungen
- Arthrose
- und noch vieles mehr

Heilung durch Bewegung

Dass Bewegung den Heilungsprozess fördert, hat sich inzwi- schen in der Medizin durchgesetzt. Selbst nach schweren Ope- rationen werden Patienten angehalten, sich so bald wie mög- lich wieder zu bewegen. Deshalb will das Kinesiologische Taping die Bewegung nicht einschränken, sondern sie fördern. Alle Ak- tivitäten des täglichen Lebens können ungehindert ausgeübt werden. Selbst Duschen und Baden ist mit dem K-Active Tape möglich, da das Material wasserdurchlässig ist. Bei richtiger An- wendung merkt der Patient schon nach wenigen Minuten nicht mehr, dass er überhaupt beklebt worden ist. Das Tape kann über mehrere Tage getragen werden, so dass der gesetzte Reiz des Therapeuten über einen längeren Zeitraum hinweg bestehen bleibt.

Muskeltechnik zur Aktivierung der Stabilisatoren.

Foto: Stephan Mogel



Foto: FIVB

Korrekturtechnik zur Verbesserung der Schulterfunktion.

Spezialisten für Kinesiologisches Taping

Das Kinesiologische Tape wird nur nach spezifischer, individu- eller Befundung am Körper angebracht. Daher muss das rich- tige Anlegen des Tapes vom medizinischen Fachpersonal er- lernt werden. Auf www.kinesioschweiz.ch erfahren Sie mehr über die Geschichte, die Ausbildungskonzepte und das Instruktorenteam. Ebenfalls können Sie dort speziell ausgebil- dete Mediziner und Therapeuten abrufen, die das Kinesiologi- sche Taping bereits erfolgreich anwenden.

suvaliv

Sichere Freizeit



SCHULTHESS KLINIK

