

DIE KINESIO TAPE METHODE – EIN ALTERNATIVER WEG AUS DEM SCHMERZ

Das Kinesio-Tape wurde vor ca. 25 Jahren von dem Kinesiologen Dr. Kenzo Kase entwickelt und kam Ende der neunziger Jahre nach Europa, Amerika und Deutschland.

Einsatzgebiete. Seit dieser Zeit wird das Kinesio-Tape zunehmend in allen Bereichen des Breiten- und Leistungssports erfolgreich angewendet. Doch nicht nur im Bereich der Sportmedizin wird das Tape eingesetzt. In vielen Bereichen der Medizin zeigt das Kinesio-Tape eine erstaunlich effektive Wirkung. Beschwerden wie z.B. Muskelspannungsstörungen, Gelenkschmerzen, Rücken- und Schulterschmerzen, Bewegungseinschränkungen, Arthrosen und vieles mehr werden gelindert und die Funktion zum Teil erheblich verbessert. Es werden Schmerzzustände deutlich gemindert, Schwellungen zum Beispiel nach Verstauchungen, Prellungen, Operationen stark reduziert.



Es ist besonders hautfreundlich und generell sehr gut verträglich. Die Tapestreifen werden je nach Behandlung und Schmerzbild entsprechend von den Therapeut/-innen zugeschnitten. Die einzelnen Streifen werden je nach Krankheitsbild auf die trockene Haut geklebt. Es kommen verschiedene Farben zur Anwendung: Je nach Erkrankung werden die Farben rot, blau, schwarz und gelb verwendet. Der Verband ist wasserdicht und kann etwa 3-4 Tage auf der Haut verbleiben. Er wird dann vorsichtig entfernt und die Haut sollte sich erholen. Dann kann der Verband erneut angewendet werden.

„Seit etwa 3 Jahren arbeite ich mit der Technik des kinesiologischen Tapens. Ich verwende es seit dieser Zeit sehr erfolgreich im Bereich Sportmedizin und bei meinen Patienten/-innen. Natürlich ist auch das Kinesio-Tape kein Allheilmittel, aber für mich persönlich eine gute Alternative und Ergänzung zu meinen Behandlungen.
bleiben Sie gesund!“

Claudia Leyder
Physiotherapeutin / Sportphysiotherapeutin DOSB
Golf-Physio-Coach DGV / GF Physiotherapie im Medicinum



Material und Anwendung. Neu an dieser Art des Tapens ist nicht nur die Art des Anlegens, sondern auch das Material. Diese weiche elastische Klebebandage wurde speziell für das Kinesio-Tape entwickelt.

Rückfragen zu diesem Thema richten Sie bitte an: physio@medicinum.de



PHYSIOTHERAPIE IM MEDICINUM
Leitung: Claudia Leyder

