

FUNKTIONELLES MUSKELTAPING

Kenzo Kase, ein japanischer Arzt, erforschte in den siebziger Jahren ein Tap um die Möglichkeit auszuschöpfen, Muskulatur indirekt zu beeinflussen. Es entstand hierbei das Markengeschützte „Kinesio-Taping“ und somit der Vorreiter aller weiteren energetischen Tapingformen. 1998 brachte der Fußballspieler Alfred Nijhuis die Taping Methode mit nach Europa.

Die Methodik dieser weiterentwickelten Tapingform liegt im Gegensatz zu den festen Tapes, in der Dehnbarkeit des Materials und vor allem darin, dass man sich damit bewegen kann und auch soll. Das Stichwort hierbei ist FULL RANGE OF MOTION!

TAPAUFBAU:

Die Klebefläche besteht aus 100% Acryl, wobei diese Verbindung bei geringer Dichte, thermoplastisch und wasserundurchlässig sind. Dieser Kleber wird durch Körperwärme erst richtig aktiv und erreicht nach 30 Minuten die volle Belastbarkeit (Sport!). Die Struktur lässt trotzdem zu, dass die Haut „atmet“, Schweiß durchlässt und zusätzlich über eine hohe Hautverträglichkeit verfügt.

Ansonsten besteht das Tape aus reiner gefärbter Baumwolle und besitzt eine Eigenelastizität von 10%, welche jedoch auf 130% - 140% ausgedehnt werden kann. Dicke, Aufbau und Gewicht sind der Haut sehr ähnlich. Kann über mehrere Tage problemlos getragen werden. Es lässt sich leicht lösen und hinterlässt kaum Kleberückstände.

Bei behaarten Körperteilen empfiehlt sich zur Vorbereitung eine Rasur (Kurzhaarrasierer, nicht Nassrasur)

WIRKUNGSWEISE:

- Einfluss auf Hautrezeptoren – und Sensoren
- Einfluss auf Muskulatur und Muskelansätze
- Stabilisierende Unterstützung von Gelenksfunktionen
- Beeinflussung des zirkulatorischen Systems (Lymphe)

Durch das Anbringen eines Tapes kommt es zur Irritation der Hautsensoren, vergleichbar mit der Akupunktur.

Das Tape hat Volumens vergrößernde Eigenschaften und schafft daher mehr Platz, indem es die Haut und die darunter liegenden Strukturen anhebt.

Durch extremen Zug auf das Tape lässt sich bei verschiedenen klinischen Bildern (z.B. Distorsion) das Gelenk stützen und gleichzeitig noch ein gewisses Maß an Massage ausüben.

Arteriell- und venöses Blut, vor allem aber auch die Lymphe zirkulieren dadurch bedeutend schneller, wodurch sich auch das Einsatzgebiet bei Lymphstauungen ergibt.

WANN IST DAS FUNKTIONELLE MUSKELTAPING EMPFOHLEN:

- Hals- und Lendenwirbelsäulensyndrom
- Entzündungen durch nervale Kompressionen (Epicondylitis, Carpal-Tunnel-Syndrom)
- Fersensporn
- Sattelgelenksarthrosen
- Ischialgien
- Bandwirbelsäulenvorfälle
- Arthrosen
- Knieschmerzen
- Muskelteiltrupturen
- Spastik lösen
- Lymphödeme
- Verschiedene Schmerzzustände