

# Kinesio-Taping

## Therapiekonzept aus dem Leistungssport

Dieses in Deutschland bisher noch weitgehend unbekanntes Therapiekonzept ist im Leistungssport bereits fest etabliert. Es handelt sich um ein spezielles Therapiekonzept mit einem eigens entwickelten Material, welches in Japan von Dr. Kenzo Kase begründet wurde.

Bei dieser Tapetechnik wird ein sehr dehnbares und selbstklebendes Gewebepiece – das Kinesio-Tape – verwendet, das in besonderer Weise die Behandlung vieler Beschwerdebilder unterstützt.

Als medikamentenfreie Behandlungsmethode ist das Kinesio Taping vor allem auch in der Schmerztherapie eine wertvolle Ergänzung.

## Wirkungsweise des Kinesio-Tape

Die unterschiedlichen Anlagetechniken ermöglichen verschiedene Wirkungsweisen des Kinesio-Tapes.

- **Verbesserung der Muskelfunktionen**

Muskeln können entlastet oder in ihrer Funktion unterstützt werden (Muskelverspannungen, Dysharmonien).

- **Schmerzreduzierung**

Die Stimulation von Hautrezeptoren führt beim Tragen zur Aktivierung des körpereigenen Schmerzdämpfungssystems und damit zur Schmerzlinderung.

- **Unterstützung der Gelenke**

Durch Anregung von Rezeptoren in den Gelenken (Propriozeptoren) wird ein besseres Bewegungsgefühl erreicht und die Gelenkstabilität wird mit Hilfe der sogenannten Ligamentanlagen verbessert.

- **Aktivierung des Lymphsystems**

Durch Druckreduktion in den betroffenen Geweben wird der Lymphabfluss verbessert und dadurch Ödeme reduziert (Lymphödeme, postoperative Nachsorge).

### **Bitte beachten Sie:**

Die hier aufgeführten Informationen dienen dazu, Ihnen diagnostische oder therapeutische Möglichkeiten aufzuzeigen. Die genannten Effekte hängen von vielen Faktoren ab und können von Patient zu Patient variieren. Ein Erfolg der Behandlung kann nicht versprochen werden. Dies ist bei allen medizinischen Behandlungen so, unabhängig, ob diese eine klassische schulmedizinische oder eine naturheilkundliche Behandlung ist.