

Kinesio-Taping

Beim sogenannten Taping klebt der Therapeut ein Spezialklebeband auf oder neben schmerzende Körperstellen. Verletzungen können so kuriert, Muskeln gelockert, Entzündungen gehemmt werden. Auch vorbeugend können Kinesio-Tapes wirkungsvoll eingesetzt werden. Etwa vor einem Marathonlauf.

Kinesio-Tapes sind heute in der Physiotherapie und im Spitzensport Alltag. Durch das elastische Tape wird die Haut bei jeder Bewegung sanft geliftet und massiert. Lymph- und Blutfluss werden so angeregt. Entzündungen klingen schneller ab, und mit dem Druck lässt auch der Schmerz nach. Zusätzlich reguliert das Tape den Muskeltonus und stützt die Gelenke. Bei stumpfen Verletzungen verkürzt sich der Heilungsprozess nachweislich um bis zu 50 Prozent.

Anwendung: Knie-, Sprung- und Schultergelenkbeschwerden, Rücken- und Nackenverspannungen, Tennis- und Golferarme, Sehnenscheidenentzündungen, nach Krebsoperationen, Migräne, Hämatome, Beschwerden in der Leistengegend, Schwangerschaftsbeschwerden