

# Kineziológiai taping a rehabilitációban

Dr. Szilassy Tekla, Dr. Batthyány Strattmann László Kórház Rehabilitációs osztálya, Körömend



Mi is az a K-active taping?

K= kineziológián alapuló felhelyezési módszer  
aktív = a passzív rögzítés helyett mozgást megengedő  
tape= (ragasztó)szalag

bőrhöz hasonló vastagságú és súlyú, 30-40%-os nyújtási mutatójú pamut szalag, 100%-os akril ragasztóréteggel, mely levegő és nedvességáteresztő, víztaszító, több napon át, de akár több hétig is hordható.

Felragasztási módszer:

- Négy alaptermék: - izomtechnika, ligamentum technika, fascia technika és korrekció technika
- speciális ragasztások: - lymph technikák, hegek ragasztása, Nyolc féle screening teszt



Mi a taping hatása?

- izom normotonizálása, izomerő növelése
- mikrocirkuláció javítása
- lymphaticus rendszer aktiválása
- endogén analgetikus rendszer aktiválása
- ízületi funkciók segítése

Miért használható módszer a rehabilitációban?

- gyengéd kiegészítő terápia, fizioterápia és gyógytorna mellett is alkalmazható
- 24 órás terápia
- merev rögzítés helyett mozgást engedő rögzítés
- kis anyagi befektetés, látványos javítja a beteg-együttműködést
- költséghatékony: nem igényel műszert, a terapeuta rövid időt tölt vele
- osztályos és ambuláns betegnél is alkalmazható



izomtechnika peroneus paresisben kiegészítésként, javuló izomerő, rögzíti a leülő lábfejet



ligamentum technika térdarthrosishoz társuló medialis oldalszalag elégtelenségben gyógytorna melletti, mozgást nem gátló rögzítés, mely 4 hónap alatt jelentős javulást hozott



fascia technika epicondylitisben gipsz- és brace rögzítést elutasító betegnél a gyógyszeres és fizioterápia kiegészítésként



Sacroiliacalis fájdalom és paralumbalis izomfeszesség esetén azonnali fájdalomcsökkentést eredményezett



Spirális lymph technika a lymph drainage és a gyógyszeres kezelés kiegészítésként



Patellát kiemelő ragasztás chondromalacia patellae okozta fájdalomban



tape terhességben derékfájásra és a has bőrének támogatására



komplex ragasztás váll instabilitás esetében háromszor operált jelenleg is instabil váll, mely ragasztás mellett jó életminőséget biztosít

**Eredmények: csökkenő fájdalomcsillapító fogyasztás, javuló mozgásteljesítmény, tudatosabb, együttműködőbb beteg.**