



KINESIOTAPING

Kinesiotaping jest metodą terapeutyczną, wspomagającą proces leczenia, w wielu jednostkach chorobowych, polegającą na oklejeniu wybranych fragmentów ciała plastrami o specjalnej strukturze. Ma bezpośrednie oddziaływanie na skórę (głównie na tzw. zakończenia Ruffiniego, receptory bólu, czucia głębokiego), na układ limfatyczny, mięśnie oraz stawy. Kinesiotaping bazuje na kinezylogii i istniejącym w organizmie procesie samoleczenia, dlatego jego działanie jest długofalowe.

Ta stosunkowo nowa forma leczenia przywędrowała do Polski na początku XXI wieku z Japonii, gdzie na początku lat 70-tych japoński chiropraktyk, prezydent Towarzystwa Kinesiotapingu, dr Kenzo Kase rozpoczął pracę nad nową metodą terapeutyczną. To on dwadzieścia pięć lat temu jako pierwszy zaaplikował kinesiotaping w leczeniu schorzeń stawów i reumatyzmu. Metoda ta, zwana kinesiotapingiem, zaczęła być stosowana w Europie od 1996 r. Do niedawna metoda stosowana była głównie w sporcie, w celu ograniczenia ilości kontuzji występujących u zawodników lub jako terapia wspomagająca w leczeniu urazów. **Obecnie ma ona zastosowanie praktycznie przy każdej dysfunkcji układu mięśniowo-stawowego.**

Funkcje kinesiotapingu:

- redukcja bólu lub nadwrażliwości czuciowej w skórze i mięśniach
- korekcja działania mięśni
- redukcja nadmiaru płynu limfatycznego powodującego obrzęki
- korekcja nieprawidłowej pozycji stawu
- wspomaganie mięśni osłabionych
- wspomaganie w utrzymaniu prawidłowej postawy i symetrii ciała poprzez poprawę odczucia kinetycznego położenia ciała

Charakterystyka taśmy kinesiotape:

- rozciągliwość nawet do 140% długości bazowej
- klej aktywowany ciepłem, nie posiada żadnych właściwości medycznych
- ciężar i grubość jest niemal identyczna z grubością skóry, pacjent nie odczuwa jej obecności
- taśma jest wodoodporna, może być noszona przez 3-4 dni
- bezlateksowa

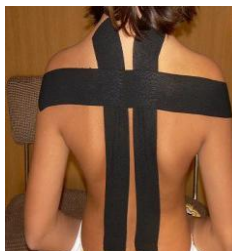
Podstawowe techniki aplikacji:

- mięśniowa
- więzadłowa
- limfatyczna
- powięziowa
- korekcyjna funkcjonalna

W zależności od celu jaki chcemy osiągnąć, stosujemy odpowiedni naciąg oraz kierunek aplikacji taśmy

Przykładowe aplikacje:

PEDIATRIA



Opracowali: Tomasz Judek, Dariusz Szulc