

## Kinesio - Taping

Kinesio-Taping wird häufig noch als eine revolutionäre Therapiemethode bezeichnet. Die Kinesio Taping Methode wurde Anfang der 70er Jahre vom



japanischem Chiropraktiker Dr. Kenzo Kase entwickelt. Das Wirkprinzip des elastischen, sehr hautfreundlichen Materials ist völlig neuartig. Weltklasse-Sportler wie Ricco Groß oder Jan Koller sind nur zwei von vielen Profisportlern, die Kinesio-Taping erfolgreich einsetzen. Dabei findet das Kinesio-Taping nicht nur Einsatz im Sport.

Im Gegensatz zu konventionellen Bandage- und Tapemethoden sollen die verletzten und schmerzhaften Strukturen aktiviert werden. Das Tape lässt sich problemlos auf die Haut auflegen und dadurch die Elastizität werden Bewegungen in keiner Weise eingeschränkt, sondern unterstützt und begleitet.

### **Wirkung:**

Durch die spezifische Art des Tapens wird der Tonus in der Muskulatur reguliert. Verspannte Muskeln können durch eine bestimmte Anlagetechnik entspannt, und schlaffe, atrophierte Muskeln tonisiert werden.

Durch Reizung bestimmter Rezeptoren (Mechanorezeptoren) werden die Schmerzrezeptoren gedämpft und so die körpereigene Schmerzregulation aktiviert. Oft kommt es direkt nach Anlage des Tapes zu einer sofortigen Schmerzlinderung.



**Eine andere Dimension von einer Therapiebehandlung**