

## Kinesio-Taping



**MediClin Fachklinik Rhein/Ruhr**  
Essen-Kettwig

---

Fachklinik für Innere Medizin und Kardiologie  
Fachklinik für Neurologie  
Fachklinik für Orthopädie

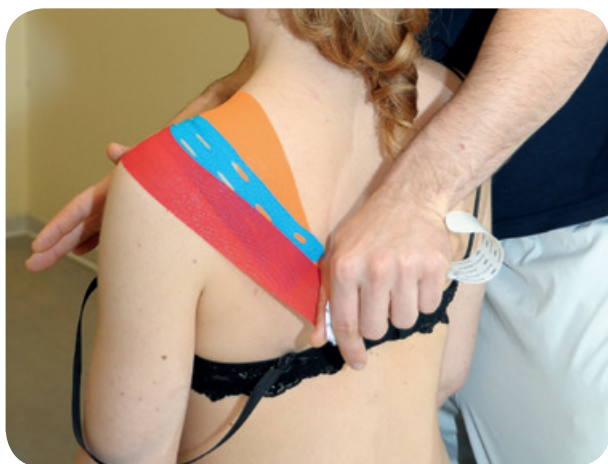
Die Behandlungsmethode Kinesio-Taping ist eine ganzheitliche und medikamentenfreie Therapiemethode mit einem breiten Anwendungsspektrum. Sie ist in vielen Ländern der Welt als unterstützende Therapie etabliert und ein wichtiger Bestandteil moderner krankengymnastischer Behandlungskonzepte.

Das Tape, ein hochelastisches Spezialpflaster, wurde vom japanischen Chiropraktiker Kenzo Kase entwickelt. Es wird auf verletzte und schmerzende Körperpartien aufgeklebt. Durch seine hohe Elastizität dehnt und zieht sich das Tape zusammen, sodass es jede Bewegung mitmachen kann. Daraus leitet sich auch der Name „Kinesis“ ab, der griechische Begriff für Bewegung.

### **Grundlegende Funktionen und Effekte beim Kinesio-Taping**

Die Kinesio-Taping Therapie wird mit vier Grundtechniken angewendet, die entweder separat oder in Kombination ausgeführt werden.

1. Muskelanlage
2. Anlage über Bänder
3. Korrekturanlage
4. Lymphanlage



## **1. Verbesserung der Muskelfunktionen**

Bei Überbelastungen des Muskelapparates können Rupturen im Muskelbindegewebe entstehen. Die dadurch entstehenden Schmerzen, Schwellungen und Spannungserhöhungen sind die häufigsten Befunde am Bewegungsapparat. Durch Kinesio-Taping kann die Muskulatur therapiert und die Muskelfunktion verbessert werden.

## **2. Beseitigen von Zirkulationseinschränkungen**

Entzündungen sind häufig eine Reaktion des Körpers auf Gewebeschäden. Einhergehend mit dem Austreten von Flüssigkeit im verletzten Gebiet, führen Entzündungen zu raumfordernden Schwellungen und einer Druckerhöhung zwischen Haut und Muskulatur. Der Lymphfluss wird gestört. Die Kinesio-Taping Anlage kann in diesem Bereich die Haut anheben, den Raum vergrößern und somit eine Druckreduzierung und eine Verbesserung der Lymphzirkulation bewirken.

## **3. Schmerzreduktion**

Durch die Haftung des Kinesio-Taping-Tapes auf der Haut und der dadurch ausgelösten mechanischen Verschiebung bei ausgeführten Körperbewegungen, erfolgt eine Reizung der Mechanorezeptoren in der Haut. Dadurch kommt es zur Schmerzdämpfung.

## **4. Unterstützung der Gelenkfunktion**

Die Gelenkfunktionen können anhand verschiedener Kinesio-Taping Anlagen unterstützt werden. Muskuläre Ungleichgewichte werden korrigiert und es entsteht eine Balance in den Muskelgruppen, somit entsteht ein besseres Bewegungsgefühl. Funktionelle und mechanische Korrektur-Anlagen ergeben ebenso wie die passive Unterstützung eine Verbesserung der Gelenkfunktion, führen zu einer Schmerzdämpfung und somit zu einem verkürzten Heilungsprozess.

## Medizinische Anwendungen

Die hier aufgeführten Anwendungsfälle sind eine Auswahl der häufigst auftretenden Erkrankungen. Die Kinesio-Taping Therapie kann auch in vielen weiteren Fällen eingesetzt werden.

- Schulter-, Nacken- und Rückenverspannungen
- Arthrose
- Erkrankungen im Muskel-/Sehnenbereich („Tennisellenbogen“-Syndrom)
- Sehnenscheidenentzündungen
- Kopfschmerzen und Migräne
- Narbenbehandlung
- Tinnitus

Das für die Therapie speziell entwickelte Tape besteht aus hochwertiger Baumwolle mit Elastizitätseigenschaften ähnlich des menschlichen Muskels und einer hautähnlichen Dicke. Die luft- und wasser-durchlässige Gewebestruktur des Baumwoll-Tapes ist wasserresistent und kann aufgrund dieser Eigenschaften mehrere Tage ohne Qualitätseinbußen der Tapewirkung getragen werden.

## Kinesio-Taping in der MediClin Fachklinik Rhein/Ruhr

Die Kosten für die Therapie werden im Allgemeinen von den gesetzlichen Krankenkassen nicht übernommen. Die Preise können Sie der aktuellen Preisliste entnehmen. Sie richten sich nach Materialverbrauch und zeitlichem Arbeitsaufwand für das Anbringen des Tapes.

In unserem Haus bieten wir Ihnen das Taping kostenpflichtig an.

Sprechen Sie bitte Ihren Arzt oder Therapeuten an, ob Ihnen dieser das Taping bestimmter Körperstellen empfiehlt.

In der Verwaltung/Kasse können Sie eine Rolle Tape (5 cm breit, 5 m lang) für 10 EUR erwerben.

Bringen Sie das Tape und die Quittung einfach zu Ihrer nächsten Physio-Einzeltherapie mit – Ihr Therapeut wird dann das Taping der entsprechenden Körperstellen gerne durchführen.





Wir bieten Ihnen gerne  
fachkompetente Behandlungen  
zur Verbesserung Ihrer Lebensqualität.

[www.fachklinik-rheinruhr.de](http://www.fachklinik-rheinruhr.de)

### MediClin Fachklinik Rhein/Ruhr

Auf der Rötsch 2, 45219 Essen-Kettwig

Kardiologie: Telefon 0 20 54 / 88 -21 99

Neurologie: Telefon 0 20 54 / 88 -21 94

Orthopädie: Telefon 0 20 54 / 88 -22 02

E-Mail [info.rhein-ruhr@mediclin.de](mailto:info.rhein-ruhr@mediclin.de)

Zertifiziert nach  
DIN EN ISO 9001:2008

