

# Eine neue Therapieform erobert die Welt

Kinesiologisches Taping ist eine neue und wirkungsvolle Methode, um Bewegungsabläufe und körperliche Leistungen zu fördern

VON SASCHA SEIFERT

Das kinesiologische Taping wurde von Dr. Kenzo Kase aus Japan bereits in den 70er-Jahren entwickelt. Kase hat viele Jahre als Arzt für Chiropraktik in den USA gearbeitet und beobachtet, dass seine Behandlungen oft nur kurzfristig Erfolg hatten. Die Patienten kamen mit den gleichen Beschwerden nach wenigen Wochen wieder.

Kenzo Kase hatte die Idee, eine Ergänzung der Therapie zu finden, die seine Behandlung erfolgreicher macht. So experimentierte er mit verschiedenen Tapematerialien bis er gemeinsam mit der Firma Nitto das erste kinesiologische Tape erfand, welches erstaunliche Wirkungen bei seinen Patienten hatte. In den vergangenen Jahren verbreite-

## Kinesiologisches Taping

Beim kinesiologischen Taping werden Schmerzen, Muskeln und Gelenkprobleme mittels eines elastischen, selbsthaftenden Bandes (ohne Wirkstoffe) behandelt. Das Band wird auf den Stellen des Körpers angebracht, an denen es die gewünschte Wirkung am besten entfalten kann. Ein mehrtägiges Tragen des Tapes ist erforderlich. Die Patienten können damit duschen, baden, in die Sonne, Sauna oder zum Sport gehen. Das Tape ist auch nach Tagen gut und ohne Rückstände abzulösen. (stk)



Effektiv: Hier wird ein Tape bei Skoliose, also einer Wirbelsäulenfehlstellung, angelegt.

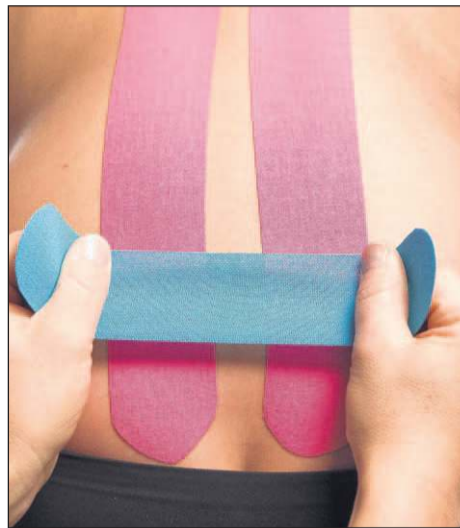
Fotos: privat

te sich Kases Methode über Asien, Amerika nach Europa. Gerade durch den Einsatz im Hochleistungssport zum Beispiel bei den Olympischen Spielen in Athen und Turin sowie der Fußballweltmeisterschaft in Deutschland wurden Mediziner, Therapeuten und auch viele Patienten auf diese neue Therapieform aufmerksam.

Ziel ist es nicht wie beim herkömmlichen Tape, Bewegungen einzuschränken, sondern diese zu fördern. Dadurch sollen Bewegungsabläufe und körperliche Leistungen verbessert sowie körpereigene Heilungsmechanismen bei Verletzungen optimiert werden. Dieses wird durch ein speziell entwickeltes Material erreicht: Das K-activ-Tape, das der Haut nachempfunden ist. Ähnliche Eigenschaften in Bezug auf Dicke, Schwere und

Dehnfähigkeit ermöglichen dem K-activ-Tape feine sensorische Informationen über das größte Reflexorgan, die Haut, an den restlichen Körper weiterzugeben. Die Hauptwirkungen erklärt man sich über eine Verbesserung der Mikrozirkulation, Druckentlastung von Rezeptoren, Schmerzdämpfung, Korrektur von Gewebestrukturen und Verbesserung der Muskelfunktionen.

Es gibt beim kinesiologischen Taping sieben verschiedene Anlageformen. So kann der Therapeut die Anlageform dem Krankheitsbild des Patienten optimal anpassen. Beispielsweise kann man mit einer Ligamenttechnik gerissene Bänder des Kniegelenks stabilisieren oder durch eine Sehrentechnik an der Achillessehne Sportler von quälenden Schmerzen befreien. Eine Fernwirkung wird erzielt,



Schmerzen in der Lendenwirbelsäule: Bei Beschwerden im unteren Rückenbereich ist ein kinesiologisches Tape wirkungsvoll.

wenn das Tape reflektorisch eingesetzt wird und somit über Reflexzonen der Haut auch innere Organe stimuliert werden können.

Bei Patienten mit Blutergüssen, Schwellungen oder Gewebsödemen, zum Beispiel nach Operationen wird das Kinesiotape erfolgreich zum schnelleren Abtransport der Flüssigkeit im Gewebe eingesetzt. In den vergangenen Jahren wurde die Originalmethode in Deutschland kopiert und verfälscht. So gibt es Ärzte und Therapeuten, die das Tape nicht mehr ganzheitlich einsetzen können, sondern nur nach einem Rezeptbuch immer die gleichen Tapes bei Beschwerden des Patienten einsetzen. Dadurch werden dann Patienten mit Rückenschmerzen einfach immer mit dem selben Tape versorgt, auch wenn die Ursache eine

ganz andere ist, deshalb kann das Tape oft nicht richtig wirken.

Durch die Materialeigenschaft des K-activ-Tapes wird das Material bereits nach wenigen Minuten der Anlage vom Tragenden nicht mehr als störend empfunden. Der Patient ist mit dem Material vollkommen beweglich und kann alle Aktivitäten des täglichen Lebens wie Sport, Arbeit und Freizeit ungehindert nachgehen. Das Material ist Wasser abweisend, so kann

man damit auch Duschen oder baden. Sogar in der Sauna macht das K-activ-Tape eine gute Figur. Das Material kann ohne Probleme bis zu zehn Tage vom Patienten getragen werden, was damit auch die Kosten gegenüber dem herkömmlichen Tape deutlich verringert.

### Gute Ausbildung ist wichtig

Allergische Reaktionen treten nur selten auf und sind oft bedingt durch vorhergehende oder aktuelle Medikamenteneinnahme sowie in einigen Fällen durch verstärkten Alkohol und Nikotingenuss. Falsche Anlagetechniken können ebenfalls zu negativen Beeinflussungen führen, deshalb sollte man auf eine qualifizierte Ausbildung der Therapeuten achten. Eine Ausbildung in der Originalmethode Kenzo Kase dauert vier Tage und

kann von Ärzten und Therapeuten an zwei Wochenenden absolviert werden. Lizenzierte Therapeuten können sich auf der Internetseite von K-activ Deutschland [www.k-activ.com](http://www.k-activ.com) registrieren lassen. Dort finden auch Patienten zahlreiche Informationen zur Methode.

Der Nächste Termin für einen Grundkurs in Kassel sind Samstag, 5. und Sonntag, 6. April. Außerdem wird am Freitag, 4. April, ein Sondertechnikerkurs für die Behandlung der Wirbelsäule und des ISG angeboten. Therapeuten können sich bei Renate Ludwig unter ☎ 05 61 / 31 31 55 anmelden.

Zum Autor: Sascha Seifert ist internationaler K-activ- und Kinesiologietapinginstruktor, stellvertretender Vorsitzender der K-activ-Taping-Association, Osteopath, Heilpraktiker, Sportphysiotherapeut und therapeutischer Leiter von REHAMED Wilhelmshöhe-Kassel. Kontakt: [s.seifert@rehamed.com](mailto:s.seifert@rehamed.com), Tel. 05 61 / 31 31 55

## Indikation

– Knieschmerzen und Bewegungseinschränkungen (Meniscusschäden, Seitenband- und Kreuzbandverletzungen)

– Rückenschmerzen und Bewegungseinschränkungen (Bandscheibenvorfall, Schleudertrauma, Instabilitäten der Wirbelsäule)

– Sportverletzungen (Bluterguss, Zerrungen, Muskelfaserriss, Achillessehnenreizung, Tennisarm)