

Narben und Lymphstau


TAPE: EINE BEHANDLUNGSAALTERNATIVE

Viele Sportler tragen sie bei Problemen oder Schmerzen: hautfarbene oder knallig bunte Tapestreifen, die, auf den Problembereich geklebt, gute Heilerfolge bringen. Doch nicht nur in der Sportmedizin, auch in vielen weiteren Bereichen können die Tapes erfolgreich eingesetzt werden. Beispielsweise in der Nachsorge des Mamma-Karzinoms, insbesondere bei Schwierigkeiten des Lymphabflusses. Die Tapes bieten hier eine gute Möglichkeit, die Selbstheilungskräfte des Körpers ohne zusätzliche Medikamente zu unterstützen und die Folgen der Erkrankung zu reduzieren. Ein weiteres mögliches Einsatzgebiet ist die Behandlung von Narben. Um hier die Heilung zu beschleunigen oder auch ältere Narben zu optimieren, werden kleine Streifen des K-Active Tapes kreuzweise im Narbenbereich eingesetzt.

HILFE BEIM LYMPHTRANSPORT

Auch nach einer operative Lymphknotenentfernung oder nach einer Bestrahlung können die Tapes helfen. Hier ist der Abfluss der Lymphe in einem der sechs lymphatischen Bereiche des Körpers oft erheblich gestört. Zwischen den einzelnen Lymphbereichen gibt es „Barrieren“, die so genannten Wasserscheiden. Diese werden zunächst mit der manuellen Lymphdrainage durchgängig gemacht, um den Abtransport der Lymphe aus dem gestörten Bereich wieder zu ermöglichen. Spezielle Anlagen mit dem Tape unterstützen nun die Lymphflüssigkeit, die Wasserscheiden zu überbrücken, um die gefürchteten Lymphstaus zu reduzieren oder gar nicht erst entstehen zu lassen. Dafür werden dünne Streifen zum Beispiel im Bereich des Brustkorbes von der gesun-

den Achsel über die Mitte zum betroffenen Gebiet geklebt. Ebenfalls ist eine Anlage beginnend von den Leistenlymphknoten in das betroffene Gebiet möglich. Ergänzend zu der Überbrückung der Wasserscheiden kann der Abfluss am Arm ebenfalls mit Tape unterstützt werden. Hier kommen fächerförmige Tapes mit einer Basis oder spiralförmige Lymphanlagen zum Einsatz.

Die Tapes können viele Tage auf der Haut verbleiben und entfalten dort ihre Wirkung rund um die Uhr – 24 Stunden lang, an sieben Tagen der Woche. Sport, duschen und baden, alles ist ohne Probleme möglich. Allergische Reaktionen treten bei dem aus hypoallergener Baumwolle und einem Acrylkleber bestehenden Tapes so gut wie nie auf. Hier gibt es außerdem besondere Sorten für die äußerst sensible Haut. 



Um den Abfluss im Arm zu unterstützen kommen fächerförmige Tapes mit einer Basis oder spiralförmige Lymphanlagen zum Einsatz.



Gegen Lymphstau werden dünne Streifen z.B. im Bereich des Brustkorbes von der gesunden Achsel über die Mitte zum betroffenen Gebiet geklebt

AUTOREN

Siegfried Breitenbach
Sportphysiotherapeut der deutschen
Triathlonnationalmannschaft
Headinstruktor
Kromenthaler Str. 38
97859 Wiesthal
s.breitenbach@k-active.com

Dr. med. Ulrike Aussem
D.O.M.
K-Active Instruktor
Bahnhofstr. 25
61476 Kronberg
dr.u.aussem@k-active.com