

Bei internationalen Tennisturnieren, während der Fußball-Europameisterschaft oder kürzlich bei den Olympischen Spielen in China: Die farbigen Pflaster an Schulter und Nacken, an der Achillessehne, am Handgelenk von Sportlern fallen immer

Firma Nitto Denko Corporation entwickelte er schließlich das kinesiologische Tape. Es zeigte erstaunliche Wirkungen bei seinen Patienten. Mittlerweile hat sich Dr. Kases Methode über Asien und Amerika bis nach Europa verbreitet. Durch den Einsatz im Hochleistungssport bei den Olympischen Spielen in Athen 2004 und China 2008 sowie während der Fußball Welt- und Europameisterschaften wurden Mediziner, Therapeuten und auch viele Patienten auf diese neue Therapieform aufmerksam.

Kinesiologisches Taping – eine neue, revolutionäre Methode von Siegfried Breitenbach

öfter ins Auge. Die bunten Aufkleber wirken wie ein auffälliges Accessoire oder sogar ein Tattoo. Tatsächlich stehen sie aber für eine neue, revolutionäre Methode zur Behandlung von Schmerzzuständen und Bewegungseinschränkungen. Kinesiologisches Taping heißt diese neue Behandlungsmethode, die in kurzer Zeit zum therapeutischen „Wundermittel“ avanciert ist. Denn im Gegensatz zu konventionellen Verbänden, Pflastern und Tapes schränkt das kinesiologische Tape die Bewegungsmöglichkeiten nicht ein. Im Gegenteil: Es fördert und unterstützt diese.

Eine japanische Erfindung

In den 70er Jahren machte der japanische Chiropraktiker Dr. Kenzo Kase die Erfahrung, dass die Behandlung seiner Patienten oft nur kurzfristigen Erfolg brachte und sie mit den gleichen Beschwerden sehr schnell wieder in seine Praxis kamen. Er begann darauf hin mit verschiedenen Tapematerialien zu experimentieren. Zusammen mit der japanischen

Ein Tape wie eine zweite Haut

Das von Dr. Kase und Nitto Denko entwickelte Material unterscheidet sich grundlegend von anderen Tapes: Es ist der Haut in seinen Eigenschaften wie Dicke, Schwere und Dehnfähigkeit nachempfunden. So kann das Tape feine sensorische Informationen über die Rezeptoren der Haut an den restlichen Körper weiter geben. Dadurch werden körpereigene Heilungsmechanismen bei Verletzungen angeregt, Schmerzzustände reduziert und gleichzeitig die Bewegungsmöglichkeit verbessert. Die Wirksamkeit des Tapes erklärt man sich u.a. über eine Verbesserung des Lymphsystems und der Mikrozirkulation, durch Druckentlastung von Rezeptoren, über die Schmerzdämpfung, durch Korrektur von Gewebestrukturen, durch eine verbesserte Muskelfunktion und über den positiven Einfluss auf innere Organe (Haut-Eingeweide-Reflexe).



Kinesio Taping – a new revolutionary method by Siegfried Breitenbach

On international tennis tournament, during the European soccer championship or frequently at the Olympic games in China: the colored plasters on shoulder and neck, at the Achilles tendon, at the wrist of athletes strike the eye more often.

The colorful stickers seem like a striking accessory or even a tattoo. In reality they stand for a new revolutionary method for the therapy of pain and restricted mobility. This new treatment modality is called Kinesio taping, which has in no time developed to a therapeutic "miracle cure". As in contrast to the conventional bandages, plasters and tapes the Kinesio tape does not limit the mobility. If anything: it assists and supports these.

A Japanese invention

In the seventies the Japanese chiropractor Dr. Kenzo Kase made the experience, that the therapy of his patients very often only brought short success and that they came back to his surgery with the same afflictions very quickly. Thereupon he started to experiment with various tape materials. Together with the Japanese company Nitto Denko Corporation he after all developed the Kinesio tape. It showed amazing ef-

fects on his patients. Meanwhile Dr. Kase's method has spread via Asia and America to Europe. Due to the employment in the high-performance sport at the Olympic Games in Athens 2004 and China 2008 as well as during the World and European soccer championships physicians and also a lot of patients took notice of this new therapy method.

A tape like a second skin

The by Dr. Kase and Nitto Denko developed material differs fundamentally to other tapes. Kinesio Tape is modeled on the skin's characteristics such as thickness, weight and elasticity and thus able to transmit "positive sensory information" via the receptors to the body. Hereby the bodily healing processes for injuries are stimulated, pain is reduced and the mobility is coincidentally improved. The efficiency of the tape is explained amongst others by an improvement of the lymphatic system and the microcirculation through decompression of receptors, by pain absorption, through correction of tissue structure, through an improved muscle function and by the positive influence on internal organs (skin-intestines-reflex).

Vielseitig in der Anwendung

Das Kinesiologische Tape ist sehr vielseitig in der Anwendung. Mediziner und Therapeuten empfehlen Kinesiologisches Taping u.a. bei:

- Schulter-, Hüft-, Knieschmerzen sowie damit verbundene Bewegungseinschränkungen (Muskel-Kapsel-Bandstrukturen)
- Rückenschmerzen und Bewegungseinschränkungen (Bandscheibenvorfall, Schleudertrauma, Instabilitäten der Wirbelsäule)
- Sportverletzungen (Bluterguß, Zerrungen, Muskelfaserriss, Achillessehnenreizung, Tennis- und Golferarm)
- Menstruationsbeschwerden, während und nach der Schwangerschaft

Kinesiologisches Tape aktiviert die Heilung

Dass Bewegung bei jeder Krankheit oder Verletzung den Heilungsprozess fördert, hat sich inzwischen in der Medizin durchgesetzt. Selbst nach schweren Operationen werden Patienten angehalten, sich sobald als möglich wieder zu bewegen. Aus diesem Grunde ist das Ziel des Kinesiologischen Tappings, die Bewegung nicht einzuschränken, sondern zu fördern. Alle Aktivitäten des täglichen Lebens, beim Sport, bei der Arbeit und in der Freizeit können ungehindert ausgeübt werden. Selbst Duschen und Baden sind mit dem Tape möglich, da das Material wasserabweisend ist. So aktiviert

das Tape die Heilung und schränkt die normalen Lebensabläufe des Patienten kaum ein. Bei richtiger Anlage empfindet der Patient schon nach wenigen Minuten nicht mehr, dass er überhaupt beklebt worden ist.

Spezialisten für Kinesiologisches Taping

Das Kinesiologische Tape wird entsprechend eines ganzheitlichen Ansatzes am Körper angebracht. Daher muss das richtige Anlegen des Tapes vom medizinischen Fachpersonal erlernt werden. Bitte achten Sie als Patient darauf, dass Sie einen ausgebildeten Arzt, Therapeuten oder Heilpraktiker konsultieren. Falsch angelegt, kann Kinesiologisches Taping zwar kaum negative Nebenwirkungen erzeugen, die positiven Effekte können aber schlichtweg ausbleiben.

Siegfried Breitenbach

Seit 1989 betreut er als Sportphysiotherapeut die Deutsche Triathlon-Nationalmannschaft. Er war Mitglied des Deutschen Olympiateams in Sydney 2000 und in Athen 2004. Der 48-jährige ist daneben Geschäftsführer und Headinstructor von K-Active, der führenden Unternehmensgruppe für Kinesiologisches Taping in Europa.

U.a. wurden von ihm das med. Personal von FC Barcelona und FC Chelsea ausgebildet.

Weitere Informationen unter www.k-active.com oder auch telefonisch unter (06020) 970640.

Versatile in usage

The Kinesio tape is very versatile in usage. Physicians and therapists recommend Kinesio taping amongst others with:

- Shoulder, hip, knee pain as well as therewith joint mobility limits (muscle-capsule-ligament structures)
- Back pain and mobility limits (disc prolapsed, whiplash, instability of the spinal column)
- Sport injuries (haematoma, strains, torn muscle fiber, irritation of the Achilles tendon, tennis elbow or golf arm)
- Menstrual molimina, during and after pregnancy

Kinesio tape activates healing

It has become common knowledge in medicine that exercise assists the healing process with every illness or injury. Even after capital operations patients are constrained to move as soon as possible. For this reason the aim of the Kinesio taping is to assist mobility and not to limit. All activities of daily life, during sportive activities, at work and in free time can be performed unlimited. It is also possible to bath or take a shower with the tape as the material is water-resistant. Therefore the tape activates the healing and hardly limits the normal events of life

of a patient. On right attachment the patient does not feel the taping after a few minutes.

Specialists for Kinesio taping

The Kinesio tape is attached according to a holistic approach to the body. Therefore the right taping has to be learned by healthcare professionals. Patients have to be aware to consult a doctor, therapist or alternative practitioner. Falsely attached the Kinesio taping hardly produces negative side effects, but the positive effects can simply fail to appear.

Siegfried Breitenbach

He takes care as a sport physiotherapist of the German Triathlon National Team since 1989. He was member of the German Olympic Team in Sydney 2000 and Athens 2004. Next to this the 48-year old is general manager and head instructor of K-Active, the leading consortium of Kinesio taping in Europe.

He instructed amongst other the medical personal of the FC Barcelona and the FC Chelsea.

Further information on www.k-active.com or by telephone under (06020) 970640.

