

# INFORMATIONSBOGEN

Name des Patienten: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Das Kinesiotape ist ein gewebtes Material, das in der Länge dehnbar ist. Es wird aus Baumwolle hergestellt und erfordert nicht den Einsatz einer Unterlage. Kinesiotapes enthalten normalerweise kein Latex.

Kinesiotapes können aus unterschiedlichen Gründen eingesetzt werden. Die bei Ihnen eingesetzte Taping-Technik dient dem folgenden Zweck:

- Unterstützung des Gelenks bei der Einhaltung einer bestimmten Position, so dass ein überdehnter Muskel sich wieder zurückbilden kann. Überdehnte Muskeln können ihre Funktion nicht vollständig erfüllen und sind häufig sehr schwach. Wenn dem Muskel die Gelegenheit gegeben wird sich seiner normalen Länge anzunähern, kann er effizienter genutzt werden.
- Setzen eines taktilen Reizes zur Steigerung der Eigenwahrnehmung eines Muskels oder Gelenks. Wenn die sensorische Wahrnehmung gesteigert ist richtet sich die Aufmerksamkeit automatisch stärker auf diesen Körperteil, wodurch es häufiger eingesetzt und gestärkt wird.
- Unterstützung bei der Lockerung faszialer Einschränkungen oder bei der Entspannung eines überbeanspruchten Muskels. Dies erleichtert eine bessere Anordnung und trägt zur Schmerzlinderung in dem betroffenen Bereich bei.
- Zur Verbesserung der Position bestimmter Körperteile, so dass die Muskeln in einer besseren Lage arbeiten können. Diese Muskeln werden durch die tägliche Aktivität gestärkt und die Kontrolle wird verbessert.
- Zur Verringerung von Schwellungen, Ödemen und Quetschungen. Dies trägt zur schnellen Heilung und Schmerzlinderung bei.

## Tragen des Kinesiotapes:

- Dieses Tape ist ein Teststreifen und sollte nach \_\_\_\_\_ Tagen entfernt werden. Das Tape soll sofort entfernt werden, wenn Nebenwirkungen wie Hautrötung, Schwellung oder Juckreiz auftreten.
- Dieses Tape wurde zu therapeutischen Zwecken angebracht und sollte nach Möglichkeit für \_\_\_\_\_ Tage getragen werden. Bitte beobachten Sie die betreffende Körperregion auf-merksam und entfernen das Tape, wenn Nebenwirkungen wie Hautrötung, Schwellungen oder Juckreiz auftreten. Entfernen Sie das Tape mindestens 24 Stunden vor dem nächsten Therapietermin, damit sich die betreffende Körperteile erholen kann. Dies gilt auch, wenn Sie das Tape selbst zu Hause applizieren.
- Das Tape darf beim Baden, Duschen oder Schwimmen nass werden. Setzen sie das Tape nicht großer Hitze aus, hierdurch lässt es sich schlechter lösen.
- Rollt sich das Tape an den Enden auf so schneiden Sie diese bitte vorsichtig ab. So verhindern Sie, dass die Enden mit Kleidung verkleben und das Tape weiter abgelöst wird.

## Ablösen des Tapes:

- Nehmen Sie sich für das Abziehen des Tapes ausreichende Zeit. Tragen Sie zunächst eine dünne Schicht von Baby-Öl, Pflanzenöl oder herstellereigenen Mitteln (Beipackzettel beachten!) auf das gesamte Tape auf. Lassen Sie das Öl 15-20 Minuten einwirken.
- Lösen Sie das Tape an einem Ende und ziehen es vorsichtig und langsam von der Haut ab. ZIEHEN SIE DAS TAPE NIEMALS MIT EINER SCHNELLEN BEWEGUNG ODER AB-RUPPT AB! Stabilisieren Sie die Hautschicht mit einer Hand, während Sie das Tape abziehen. Lösen Sie das Tape möglichst in Richtung des Haarwuchses ab. Manchmal kann es hilfreich sein, das Tape in einer Badewanne unter Wasser abzuziehen.
- Nach dem Ablösen tragen Sie auf die betreffende Körperteile großzügig Lotion oder andere re Hautpflegeprodukte für Kinder auf. Tragen Sie unmittelbar vor dem Auftragen des nächsten Tapes keine Lotion auf, da hierdurch die Haftkraft des Tapes verringert wird.

Behandelnder Therapeut: \_\_\_\_\_

Rufnummer: \_\_\_\_\_