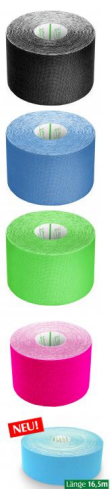


Кинезиологический тейпинг



Кинезиотейпинг – это метод реабилитации при неврологических заболеваниях, которые сопровождаются прогрессирующим ухудшением чувствительной и двигательной сферы, а также спастичностью в мышцах, болью в суставах и ограничением движений. Цель метода – дать поддержку и стабильность в мышцах и суставах, не ограничивая их диапазон движений. Кинезиотейпинг используется для успешного лечения различных ортопедических, нервно-мышечных и неврологических заболеваний, позволяя снять нагрузку на спастичные мышцы (находящиеся в повышенном тонусе) и стимулировать действие паретичных мышц (при мышечной слабости).

Тейп – это эластичная лента, наклеенная определенным образом над одной мышцей или группой мышц, на которые надо воздействовать. Она поддерживает мышцы, связки и суставы, улучшает кровообращение и лимфоотток, уменьшает вероятность получения травмы, а также повышает производительность двигательного акта.



Японский доктор Kenzo Kase поставил перед собой задачу разработать новый метод тейпирования, который бы не ограничивал свободу движения, как старые классические тейпы, и в 1973 году он разработал уникальный метод, который назвал Кинезио тейпинг (Kinesio® Taping). В 1988г. на Олимпийских играх в Сеуле весь мир узнал о новом методе, с тех пор он начал распространяться по миру и получил признание в странах Европы и Америки. Доктор основал Ассоциацию Кинезио Тейпинга, основными задачами которой являются клинические исследования эффектов кинезиотейпинга, подготовка специалистов по кинезиотейпингу и разработка новых и более эффективных методов и материалов для кинезиотейпинга.

Кинезио тейпы представляют собой эластичные клейкие ленты, выполненные из 100% хлопка и покрытые гипоаллергенным клеящим слоем на акриловой основе, который активизируется при температуре тела. Эластичность тейпов позволяет растягивать их на 30-40% от своей первоначальной длины. По толщине и эластичности они приближены к свойствам человеческой кожи (эпидермису). Хлопковая основа тейпов способствует испарению пота и свободному дыханию кожи под лентой, а также быстрому высыханию тейпа, что дает возможность использовать его даже в воде без отклеивания.

В результате клинических исследований были выявлены несколько основных направлений использования метода кинезиотейпинга:

1. Выравнивание фасциальных тканей
2. Увеличение пространства над областью воспаления и уменьшение боли путем поднятия мышечной фасции и мягких тканей
3. Обеспечение сенсорной стимуляции, чтобы создать поддержку, ограничить движение или снять спастичность
4. Устранении отека путем направления выпотов в лимфатические протоки
5. При хронических неврологических заболеваниях самым важным является еще одно направление использования кинезио тейпов: Усиление проприорецепции (глубокой чувствительности и проводимости) в процессе стимуляции с помощью тейпа кожных поверхностных механорецепторов.

Кинезиологические тейпы очень эффективны и просты в использовании, если их применяет грамотный врач – специалист по кинезиотейпингу. Эту методику можно использовать совместно с любыми другими методами лечения и реабилитации.

{flv}KT-Tape-Inner-Knee{/flv}