



Dr. M. Kosub  
Dr. J. Thieme  
Praxisgemeinschaft

Orthopädie · Gefäßchirurgie  
Chirurgie · Unfallchirurgie

## Vorteile der Behandlung

Für das Kinesiotaping setzen wir ein elastisches Klebepflaster ein, welches schnell, einfach und problemlos angewendet werden kann. Es ist luft- und wasserdurchlässig, dabei aber wasserbeständig und kann somit problemlos mehrere Tage auf der Haut verbleiben. Die Vorteile liegen neben der einfachen und schonenden Anwendung, in der umfassenden Wirkung in Form einer Verbesserung der Gelenkfunktion, einer Schmerzdämpfung und somit einem kürzeren Heilungsprozess.



Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.  
Sprechen Sie uns an oder informieren Sie sich auf unserer Website.

## Kinesiotaping

Hocheffektives,  
aktivierendes Klebeband



### Gesundheitszentrum im Reschop Carré

Dr. M. Kosub & Dr. J. Thieme  
Praxisgemeinschaft  
Reschop Carré 3 · 45525 Hattingen

Tel 0 23 24 . 90296 - 0  
Fax 0 23 24 . 90296 - 29

E-Mail [info@kosub-thieme.de](mailto:info@kosub-thieme.de)



Besuchen Sie uns  
ONLINE

Ihre medizinische Versorgung auf  
höchstem Niveau im Herzen von Hattingen  
• *Patienten-Infomaterial zum Mitnehmen!*

## Kinesiotaping – Was ist das?

Inzwischen kennt sie jeder aus dem Profisport – die farbigen Klebebänder an Schulter, Arm oder Bein der Fußballer, Leichtathleten oder Tennisspieler. Das Kinesiotaping kommt ursprünglich aus Japan und ist dort und inzwischen auch in weiten Teilen Asiens und Amerikas eine etablierte Therapiemethode.

Im Gegensatz zum herkömmlichen Tape ist das verwendete Material beim Kinesiotaping längselastisch. Es entspricht in Dicke, Schwere und Dehnfähigkeit der Haut. Wegen seiner Dehnbarkeit wird es häufig verwendet, um schmerzhafte Erkrankungen insbesondere des Muskel-, Sehnen- oder Skeletapparates zu behandeln.



## Wir empfehlen die Behandlung bei folgenden Diagnosen

Kinesiotaping ergänzt die in der Orthopädie bereits vorhandenen Behandlungstechniken. Anwendung findet sie vor allem bei muskulär bedingten Beschwerden (Rückenbeschwerden), Sportverletzungen (Muskelfaserrisse oder Muskelverhärtungen), Sehnenentzündungen, instabilen Gelenken und Arthrosebeschwerden.

### Konkrete Anwendungsgebiete

- Muskelverspannungen
- Sehnenenerkrankungen (z. B. Tennis- oder Golferarm, Achillessehnenbeschwerden)
- Rückenschmerzen
- Sportverletzungen (Muskelfaserrisse, Zerrungen, Prellungen)
- Gefäßerkrankungen
- Lymphschwellungen
- Arthrosebeschwerden

## Wie wirkt Kinesiotaping?

Das besondere Material wird auf hochwertiger Baumwollbasis hergestellt. Die Klebeeigenschaft wird über die Körperwärme aktiviert, zugleich dehnt sich die Haut durch das Anheben in Kombination mit der Körperbewegung. Das Bindegewebe wird somit sanft gelockert, der Lymphabfluss angeregt und durch die Spannung des Kinesiotapes verbessert sich die Muskel- und Gelenkfunktion. Es entlastet die verletzte Struktur und es kommt oft zu einer Schmerzreduzierung und besseren Heilung der verletzten Muskelfasern.

## Behandlungsverlauf

Die Behandlung erfolgt in unserer Praxis durch das Anbringen des Kinesiotape direkt auf die Haut. Dort verbleiben die Klebestreifen einige Tage.

Die Wirkung der Tapeverbände erfolgt über die Stimulation der Rezeptoren in der Haut. Darüber hinaus bewirkt die wellenförmige Gewebeanhebung unter dem Band eine angenehme Massagewirkung und eine Verbesserung der Durchblutung. Die Beweglichkeit wird nicht eingeschränkt, im Gegenteil, sie wird gefördert.