



Kinesiotaping / Medical Taping Concept

De basis van het Medical Taping Concept werd in de jaren zeventig gelegd in Japan en Korea. Hier werden destijds tapemethodes ontwikkeld vanuit de gedachte dat beweging en spieractiviteit essentieel is om gezondheid te behouden of te herstellen. De achtergrond gedachte is, dat spieren niet alleen nodig zijn voor beweging maar daarnaast ook bepalend zijn voor bijvoorbeeld de bloed- en lymfecirculatie en de lichaamstemperatuur. Als spieren niet goed functioneren, kan dat dus een scala van klachten en aandoeningen geven.



Behandeling

De gebruikte tape komt qua elasticiteit en gewicht overeen met de menselijke huid. Er ontstaat daarvoor een soort 'liftende' werking op de opperhuid. Zo ontstaat er meer ruimte in het gebied van de onderhuid, waar allerlei receptoren, bloed- en lymfevaatjes liggen. Door nu gebruik te maken van verschillende tapetechnieken kunnen diverse effecten bereikt worden. Na weefseltrauma reageert het weefsel met een ontstekingsreactie. Er ontstaat een locale zwelling welke een drukverhoging geeft op het omringende weefsel. Door deze drukverhoging wordt de bloedcirculatie verstoord en de lymfeafvoer belemmert, waardoor de druk op de pijnreceptoren toeneemt. Deliftendewerkingvandetapegeefteenonmiddellikedrukvermindering, waardoor de bloedcirculatie en de lymfeafvoer weer worden hersteld. De druk op de pijnreceptoren neemt af, de ervaren pijn vermindert onmiddellijk. Hierdoor is een meer fysiologisch bewegingspatroon mogelijk.



Waarom geen sporttape?

Conventionele sporttape heeft als doel de bewegingsmogelijkheid te beperken. Er ontstaat een drukverhoging, waardoor de bloedcirculatie en de lymfeafvoer beperkt worden. Dit heeft een vertragende werking op het herstel. Een tweede nadeel van de sporttape is dat langdurige immobilisatie (vastzetten van) spieren en gewrichten leidt tot contracturen, wat vaak aanleiding is tot langdurige revalidatie. De nadelen van conventioneel taping (immobiliseren) worden met dit elastische taping concept voorkomen. Het fysiologische bewegen wordt ondersteund waardoor het eigen lichaam-



Kinesiotaping / Medical Taping Concept

Effecten en toepasbaarheid MTC

De effecten kunnen samenvattend worden ingedeeld:

- spierfunctieverbetering door middel van tonus(spanning)regulatie
- opheffen van belemmeringen in bloedcirculatie en lymfeafvoer
- pijn demping
- ondersteuning gewrichtsfunctie door middel van stimuleren van de proprioceptie
- correctie van bewegingsrichting en vergroten van de stabiliteit
- neuro-reflectoire beïnvloeding

Kan op vele gebieden toepasbaar zijn zoals:

- nabehandeling van blessures
- ontstekingen of vochtophopingen(oedeem)
- houdingscorrecties behandeling van klachten door overbelasting (zoals RSI, tennis -of golfelleboog)