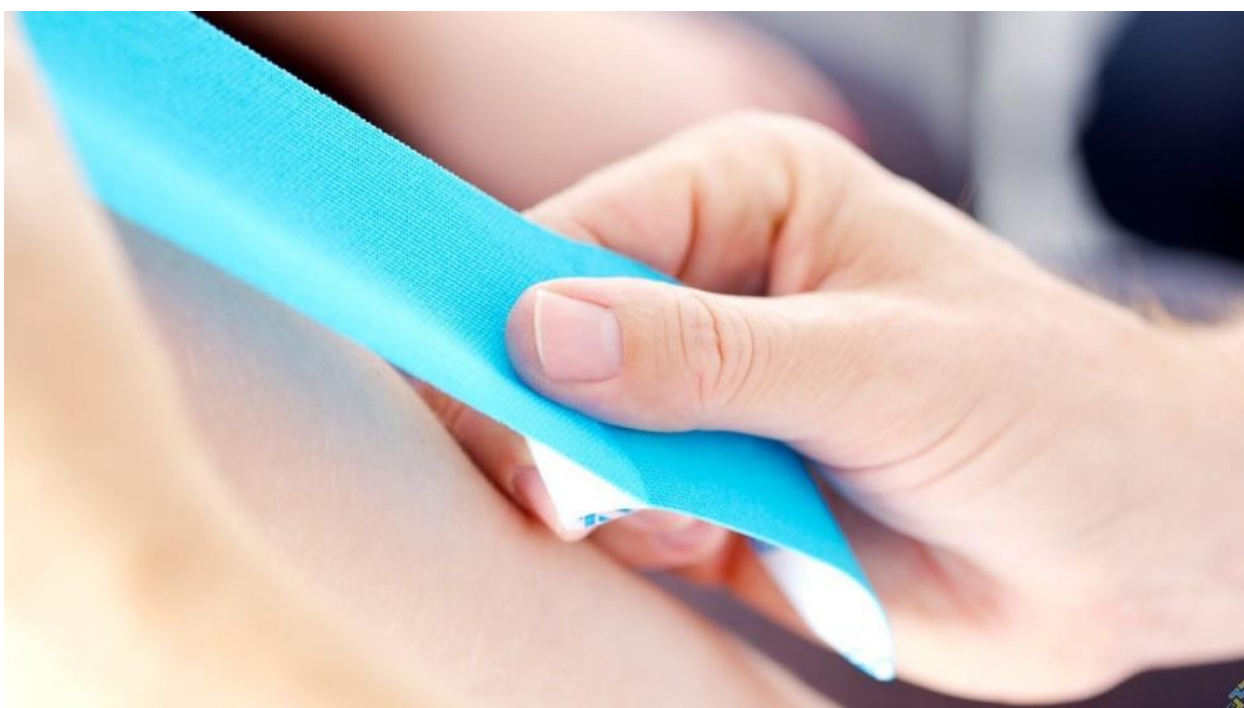


КИНЕЗИОТЕЙПИРОВАНИЕ

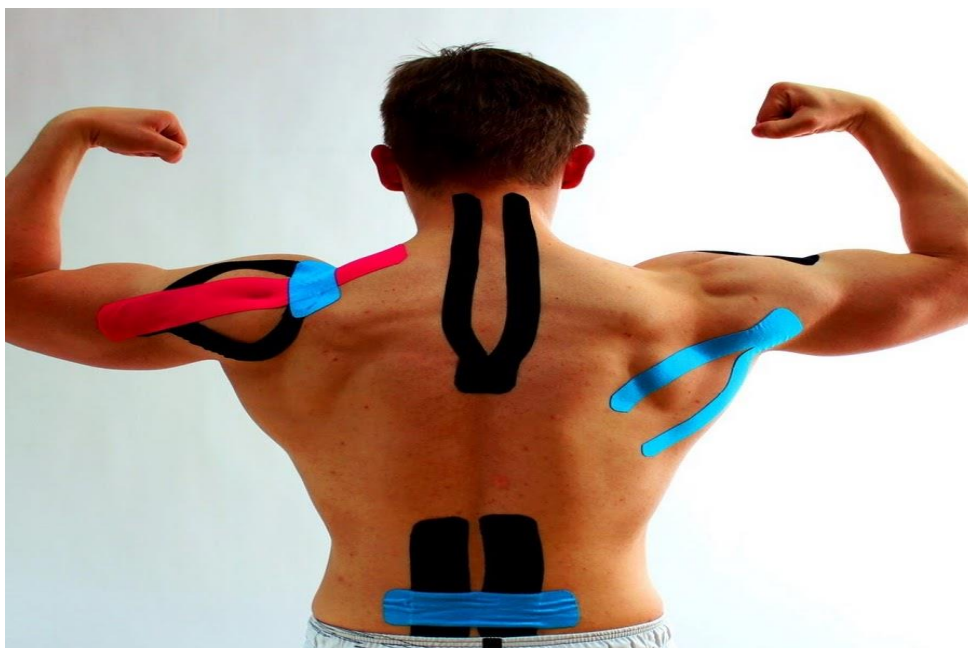
Что это такое?

С медицинской точки зрения это терапевтический процесс или способ лечения, подразумевающий наложение специального эластичного пластыря (кинезио тейпа) на травмированные участки тела. Тейпы представляют собой эластичные ленты из хлопка, покрытые клеящим гелем, который активизируется за счет воздействия тепла. Хлопок позволяет коже дышать, а специальный гипоаллергенный клей на акриловой основе держится на коже очень прочно. Обычно тейпы наносят на 5-7 дней.



Кинезио тейп был разработан почти полвека назад японским доктором Кензо Касе. Первоначально метод кинезиотейпирования использовался профессиональными спортсменами в качестве альтернативы различным обезболивающим препаратам при травмах мышц, суставов и связок.

На сегодняшний же день кинезиологическое тейпирование набирает всё большую популярность среди европейских стран и на территории США.



Где применяется кинезиотейпирование?

Помимо спорта тейпы активно используются в таких отраслях медицины как:

- травматология;
- лимфология;
- педиатрия;
- спортивная физиотерапия;
- неврология;
- гинекология.

Кинезиотейпирование показано при следующих заболеваниях:

- артриты, артрозы;
- головные боли и боли в суставах;
- остеохондрозы, грыжи;
- сколиозы и прочие болезни опорно-двигательного аппарата;
- радикулопатии, дорсалгии, люмбалгии;
- невропатии;
- ушибы, гематомы, отеки;
- растяжения, вывихи и другие виды травм.

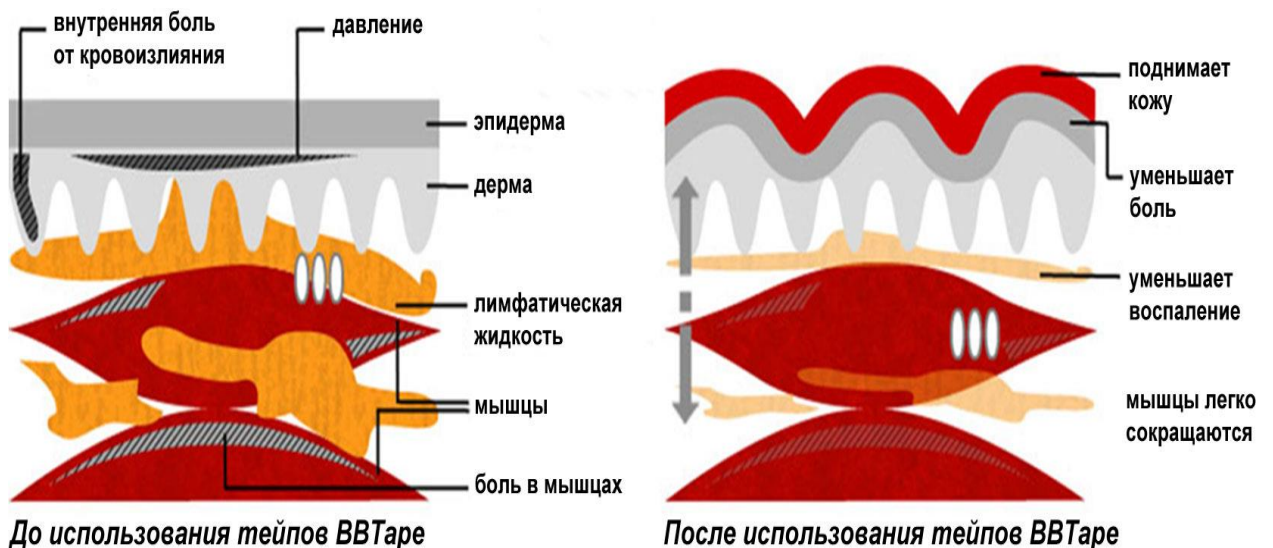
ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

- Тромбоэмболия;
- Онкологические заболевания;
- Свежие раны и язвы;
- Индивидуальная непереносимость или аллергия на акрил;

Какая польза кинезиотейпирования?

Кинезиотейпирование, в особенности в сочетании с другими методами лечения, обладает потрясающим эффектом:

- уменьшает болевые ощущения;
- снимает отёчность на повреждённом участке за счет активации кровотока и лимфообращения;
- способствует локализации воспалительного процесса и, впоследствии, его полной ликвидации;
- принимает на себя часть нагрузки, оказываемой на повреждённую мышцу или сустав.



Методика применения кинезиотейпирования



Способов наклеивания тейпов существует несколько – в зависимости от того, какую конкретно проблему надо решить, используются разные подходы.

Правильно наложенный пластырь оказывает терапевтическое действие на пациента уже через 20 минут после наложения. Кроме того, он не исключает возможности сочетания с другими видами лечения, например, с лечебной физкультурой или физиотерапией.