

Taping

Was ist das Taping-Verfahren?

1973 entwickelte der japanische Chiropraktiker Kenzo Kase die Methode und das dazugehörige neuartige Tape.

Bei Sportverletzungen sollte nicht die Ruhigstellung der Gelenke, sondern die Mobilisation des Stütz- und Bewegungsapparates im Vordergrund stehen und die Nachhaltigkeit der manuellen Behandlung erhöht, Nebenwirkungen der chiropraktischen Behandlung verringert werden. Es war bekannt, dass moderate Bewegung bei bestimmten Verletzungen den Heilungsprozess fördern kann, dieses sollte durch die Bewegung mit den neuartigen Tapes erreicht werden.

Ende der 1980er Jahre begannen japanische und koreanische Sportler, die „bunten Pflaster“ zu verwenden. Bei den Olympischen Spielen 2008 in Peking bestritten Sportler Wettkämpfe mit kinesiologicalen Tapes, wodurch westliche Medien das Thema aufgriffen.

Kinesiologicales Tape ist ein elastisches, textiles, buntes Klebeband, welches in der Alternativmedizin und im Leistungssport Verwendung findet. In speziellen Techniken („Taping“) wird es auf die Haut aufgebracht und soll gesundheitsfördernde Wirkungen erzielen. Der Wirksamkeitsnachweis konnte bisher wissenschaftlich nicht bestätigt werden, die wenigen vorliegenden Studien sind von geringer Qualität und Aussagekraft, da zumeist Negativkontrollen und Randomisierung fehlen.

Dennoch hat das Verfahren eine zunehmende Beachtung und Verbreitung gefunden, wohl auch aufgrund des nicht invasiven Charakters der Methode und Patientinnen erwarten das Therapieangebot heute.

Das Taping-Verfahren wird gegen Probleme aus den Bereichen Sportphysiotherapie, Sporttraumatologie, Schmerztherapie, Orthopädie, Lymphologie, Neurologie, Faszien-Therapie und vieles mehr unter verschiedenartigen Bezeichnungen wie Kinesio-Tape, Medi-Tape, K-Tape, Physio-Tape oder Aku-Taping angewendet.

Patientinnen erwarten sich bessere Muskelspannung, Muskel- und Gelenkfunktion, Schmerzreduktion und Gewebeentlastung. Außerdem die Verbesserung der Mikrozirkulation, des Lymphabflusses und insgesamt der Selbstheilungskraft. Dies soll über Reizung der extrinsischen Rezeptoren (z. B. für Wärme und Schmerz) und intrinsischen (propriozeptiven) Rezeptoren der Haut vermittelt werden. Nach alternativmedizinischen Konzepten werden Meridiane und Akupunkturpunkte beeinflusst, sowie das viszerale System massiert.

Das Indikationsspektrum für die modernen Taping-Verfahren umfasst in erster Linie Beschwerden des Bewegungsapparats, erstreckt sich aber zunehmend auch auf andere Indikationen.

Bei einer Form des Taping, dem sogenannten Aku-Taping, wird analog zur Akupunktur primär nicht von Indikationen, sondern von Wirkrichtungen gesprochen. Demnach ist das Aku-Taping Verfahren eine Weiterentwicklung des kinesiologicalen Taping auf Grundlage der diagnostischen und therapeutischen Prinzipien der Chinesischen Medizin und Akupunktur, bei der die dehnbaren Tapes gemäß den Regeln und auf Grundlage der Akupunktur Anwendung finden.

Was ist der Unterschied zwischen kinesiologicalen und Aku-Tapes?

Der Unterschied lässt sich wie folgt erklären: Beim kinesiologicalen Taping werden die Tapes hauptsächlich unter rein anatomischen Gesichtspunkten geklebt, das heißt unmittelbar im Bereich von betroffenen Muskeln, Bändern und Gelenken.

Beim Aku-Taping hingegen finden außer den anatomischen Gesichtspunkten zusätzlich die diagnostischen und therapeutischen Grundlagen der Chinesischen Medizin und Aspekte der Akupunktur Berücksichtigung, wodurch sich das therapeutische Spektrum erweitert.

Die Tapes sind besonders in der Längsrichtung dehnbar und werden unter einer speziellen Technik über vorgedehnte Areale geklebt. Werden diese Areale, Muskeln und Gelenke dann bewegt, bleibt die Haut am Tape haften. Derart kommt es zu einer permanenten Verschiebung der Haut gegenüber dem Unterhautgewebe durch die Bewegung und somit zu einer ebenfalls permanenten Reizung der darunterliegenden Areale.

Während ein schulmedizinisches Tape über die Ruhigstellung wirkt, wirkt das dehnbare Tape über die Bewegung und stellt somit auch aus Sicht der Chinesischen Medizin den gestörten Fluss wieder her. So erklärt sich die besondere Wirkung des Taping insbesondere bei Schmerzzuständen unterschiedlicher Art, oder bei der Regulation des gestörten Lymphflusses bei Schwellungen und Stauungen.

Bei Störungen in der Schwangerschaft und im Wochenbett sowie bei gynäkologischen Störungen kann das Taping mit seinen besonderen Therapieeffekten effektiv und wirksam eingesetzt werden.

Taping wird nicht als Konkurrenz zur Akupunktur und Chinesischen Medizin verstanden, sondern vielmehr als eine Methode, die diese Therapieformen nicht ersetzen, jedoch sehr hilfreich unterstützen kann, so dass in vielen Fällen die Wirksamkeit erhöht oder konsolidiert werden kann.

Beim Taping kann unter Einbeziehung der Erkenntnisse von Akupunktur und Chinesischer Medizin das westliche Beschwerdesymptom oder Beschwerdebild in die Behandlung miteinbezogen werden. Das ist u.a. der Grund dafür, dass eine Behandlung mit dem Taping Verfahren bei vielen Beschwerden im geburtshilflich-gynäkologischen Fachgebiet erfolgreich eingesetzt werden kann.

Beim Taping gilt derselbe Leitsatz, wie in der Akupunktur:
Taping kann heilen, was ge-stört ist. Es kann nicht heilen, was zer-stört ist.

Der fachlich richtige und verantwortungsvolle Einsatz des Taping Verfahren ist daher zu beachten. Diese Aspekte finden in der Pro Medico Taping Ausbildung besondere Beachtung, damit die Anwender*innen sicher sein können, die Taping Methode verantwortungsvoll zum Wohle der Patienten*innen anzuwenden.

Im Ausbildungs-Modul Taping wird das Verfahren unter den Schwerpunkten der Grundlagen und dem praktischen Einsatz vermittelt:

- Anatomische Grundlagen zur Anwendung der Taping-Methode
- Ausführliche gegenseitige praktische Taping Anwendungsübungen
- Vorstellung von Material (Tapes) und deren Bezugsquellen
- Vorstellung und Erläuterung wichtiger Anwendungstipps und Indikationen für einen verantwortungsvollen und wirksamen Einsatz
- Erwerb praktischer Fähigkeiten für die direkte Umsetzung und Anwendung der Taping-Methode
- Voraussetzungen, Tipps und Abrechnung
- Spezielle Aspekte für den Einsatz in der Schwangerschaft und im Wochenbett

Besondere Indikations- und Anwendungsbereiche:

- Karpaltunnelsyndrom
- Ischialgien
- Lymphtape
- Allgemeine Schmerztherapie mit Taping-Verfahren
- Schmerzen unterschiedlicher Ursachen (z.B. Rückenschmerzen in der Schwangerschaft, HWS-Beschwerden auch bedingt durch das Stillen, Symphysenschmerzen und andere unterschiedliche Schmerzzustände)
- Krämpfe, Schmerzen, Stagnationen
- Gelenkbeschwerden und – schmerzen in der Schwangerschaft und im Wochenbett
- Kombinationsbehandlung aus Akupunktur und Tape
- u.v.w. bewährte Taping Indikationen

Das Ausbildungs-Modul Taping wird für Hebammen und Ärzte*innen angeboten.
Das Angebot richtet sich an Alle, die richtig und professionell die praktische Anwendung des Taping-Verfahren erlernen möchten.

Es sind keine Vorkenntnisse, oder Kenntnisse der Akupunktur zur Teilnahme erforderlich!