

Spis treści

Wstęp

Adresaci

Historia kinesiotapingu

Teoretyczne podstawy metody kinesiotapingu

Nazwa metody

Zastosowanie metody

Praktyczne podstawy metody kinesiotapingu

Materiały i akcesoria

Przygotowanie skóry do oklejeń

Kształty oklejeń podstawowych i sposoby ich wykonania

Podstawowa edukacja pacjenta

Techniki korekcyjne wykorzystywane w metodzie kinesiotapingu

Korekcja mechaniczna

Korekcja powięziowa

Korekcja przestrzenna

Korekcja więzadłowa/ścięgnowa

Korekcja funkcjonalna

Korekcja limfatyczna

Najważniejsze wytyczne do aplikacji korekcji kinesiotapingu

Problemy funkcjonalne w obrębie twarzy

Uszkodzenie V nerwu czaszkowego

Ból głowy

Obrzęk twarzy

Problemy funkcjonalne w obrębie szyjnego odcinka kręgosłupa

Ból szyjnego odcinka kręgosłupa

Zwiększone napięcie mięśni szyjnego i szyjno-piersiowego odcinka kręgosłupa

Niestabilność w obrębie szyjnego odcinka kręgosłupa typu smagnięcie biczem

Problemy funkcjonalne w obrębie piersiowego odcinka kręgosłupa

Ból piersiowego odcinka kręgosłupa

Zwiększone napięcie mięśni piersiowego odcinka kręgosłupa

Problemy funkcjonalne w obrębie lędźwiowego i lędźwiowo-krzyżowego odcinka kręgosłupa

Ból lędźwiowego i lędźwiowo-krzyżowego odcinka kręgosłupa

Problemy funkcjonalne w obrębie kręgosłupa

Skolioza jednołukowa - skrzywienie kręgosłupa jednołukowe

Skolioza dwułukowa - skrzywienie kręgosłupa dwułukowe

Spis treści

Problemy funkcjonalne w obrębie stawu barkowego

- Staw barkowy niestabilny, wiotki - podwichnięcie dolne
- Staw barkowy z osłabioną siłą mięśniową mięśnia naramiennego
- Staw barkowy niestabilny - podwichnięcie przednie
- Staw barkowy spastyczny
- Staw barkowy bolesny, przeciążeniowy

Problemy funkcjonalne w obrębie stawu łokciowego

- Staw łokciowy bolesny, przeciążeniowy
- Łokieć tenisisty/golfisty
- Staw łokciowy spastyczny - przykurcz zgięciowy

Problemy funkcjonalne w zakresie stawu nadgarstkowo-promieniowego

- Staw nadgarstkowo-promieniowy wiotki
- Staw nadgarstkowo-promieniowy spastyczny
- Staw nadgarstkowo-promieniowy bolesny, przeciążeniowy
- Palce dłoni zaciskające się - spastyczne
- Palce dłoni w utrwalonym wyproście

Problemy funkcjonalne w obrębie stawu kolanowego

- Kolano niestabilne, przeciążone
- Oslabienie mięśnia czworogłowego uda
- Przeprost w stawie kolanowym
- Rzepka niestabilna - przesunięcie boczne i górne
- Koślawość kolan u dzieci

Problemy funkcjonalne w obrębie stawu skokowego

- Stopa opadająca - porażenie mięśnia piszczelowego przedniego
- Stopa opadająca - porażenie mięśni strzałkowych
- Staw skokowy niestabilny - uszkodzenie więzadeł
- Naderwanie ścięgna piętowego (Achillesa) z osłabieniem mięśnia trójgłowego łydki

Problemy funkcjonalne w obrębie palców stopy

- Koślawość palucha (hallux)
- Deformacje palców stóp - odchylenie boczne
- Deformacja palców stóp - palce podwijające się, młoteczkowate

Problemy funkcjonalne w obrębie mięśni skośnych brzucha

- Oslabienie mięśni skośnych zewnętrznych brzucha
- Oslabienie mięśni skośnych wewnętrznych brzucha

Problemy funkcjonalne w obrębie naczyń chłonnych

- Obrzęki kończyn dolnych

Spis treści

Obrzęki kończyn górnych, np. na tle krążeniowym

Obrzęki kończyn górnych po mastektomii

Inne problemy

Uszkodzenia w obrębie żeber

Blizny

Alergie na plastry kinesiotapingu i odparzenia skóry

Zakończenie

Przydatne strony internetowe

Literatura przedmiotu