

# Inhaltsverzeichnis

---

<b>Vorwort</b> . . . . .	6
<b>1 Einleitung</b> . . . . .	13
1.1 Hauptwirkungen . . . . .	13
1.2 Kontraindikationen . . . . .	13
1.2.1 Absolute Kontraindikationen . . . . .	13
1.2.2 Relative Kontraindikationen (oft nur lokal) . . . . .	13
1.3 Material . . . . .	14
1.3.1 Tapehersteller . . . . .	14
1.3.2 Kennzeichen von gutem Tapematerial . . . . .	15
1.3.3 Farbe des Tapes . . . . .	16
1.3.4 Schere . . . . .	17
1.3.5 Sprühkleber . . . . .	18
1.3.6 Grundausrüstung . . . . .	18
1.4 Ablauf einer Tapebehandlung . . . . .	18
<b>2 Grundlagen der Wirkungsweise</b> . . . . .	19
2.1 Faszienkonzept . . . . .	19
2.2 Schmerzkonzept . . . . .	19
2.2.1 Hemmung der Nozizeption durch die Propriozeptoren . . . . .	19
2.2.2 Einfluss des Tapes auf die WDR-Neuronen . . . . .	20
2.3 Mikrozirkulationskonzept . . . . .	21
2.4 Hautkonzept . . . . .	22
2.4.1 Ruffini-Rezeptoren und freie Nervenendigungen als Überträger der Tape-Informationen? . . . . .	22
2.4.2 Aufbau der Haut . . . . .	23
2.4.3 Wirkung des Tapes über Dermatome . . . . .	23
2.4.4 Wirkungen des Tapes über den viszerokutanen und kutiviszeralen Reflex . . . . .	24
<b>3 Diagnostikschema</b> . . . . .	26
3.1 Körperballonschema – Body-Balloon-Theorie . . . . .	26
3.1.1 Osteopathische Relationen zum Körperballonschema . . . . .	28
3.1.2 System der Körperbänder (Bodystraps) . . . . .	30
3.2 Myofasziale Meridiane – anatomische Zuglinien nach Myers . . . . .	32
3.2.1 Oberflächliche Rückenlinie – Superficial Back Line (SBL) . . . . .	33
3.2.2 Oberflächliche Frontallinie – Superficial Front Line (SFL) . . . . .	33
3.2.3 Tiefe vordere Linie – Deep Front Line (DFL) . . . . .	34
3.2.4 Seitenlinie – Lateral Line (LL) . . . . .	34
3.2.5 Spirallinie – Spiral Line (SL) . . . . .	35
3.2.6 Armlinien . . . . .	35
<b>4 Wirkung bei verschiedenen Indikationen – Stand der Forschung</b> . . . . .	38
4.1 Übersicht wissenschaftlicher Studien . . . . .	38
4.2 Wirksamkeit der Muskeltechnik . . . . .	38
<i>Stephan Mogel</i>	
4.2.1 Untersuchungsdesign . . . . .	40

4.2.2	Tests	40
4.2.3	Interpretation aus Sicht eines Physiotherapeuten	41
4.2.4	Diskussion	42
4.2.5	Schlussfolgerung	43
<b>5</b>	<b>Schnitttechniken (Shape)</b>	<b>44</b>
5.1	Y-Shape	44
5.2	I-Shape	44
5.3	X-Shape	46
5.4	F-Shape	46
5.5	W-Shape	47
5.6	D-Shape	48
5.7	KK-Shape	49
<b>6</b>	<b>Screeningtests</b>	<b>50</b>
6.1	Prüfung und Beurteilung	50
6.1.1	Auswahl der Tapeanlage	51
6.1.2	Zu beachtende Faktoren	52
6.1.3	Warum verwendet man Screeningtests?	52
6.2	Testbeschreibung	52
6.2.1	Cervical Extension/Flexion Test	52
6.2.2	Upper Extremity Test	53
6.2.3	Upper Spine Test	54
6.2.4	Lower Spine Test	54
6.2.5	Abdominal Pressure Test	55
6.2.6	Thorax Test	56
6.2.7	Straight Leg Raise (SLR)	57
6.2.8	Patrick-Test	58
<b>7</b>	<b>Muskeltechniken</b>	<b>59</b>
7.1	Allgemeine Hinweise	59
7.2	Halswirbelsäule	60
7.2.1	M. splenius cervicis/capitis	61
7.2.2	M. sternocleidomastoideus	63
7.2.3	Mm. scalenii	65
7.2.4	M. trapezius, Pars descendens	67
7.3	Brustwirbelsäule	70
7.3.1	M. trapezius, Pars ascendens	70
7.3.2	M. rhomboideus major	72
7.4	Lendenwirbelsäule	74
7.4.1	M. erector spinae (sakrospinaler Anteil)	75
7.4.2	M. quadratus lumborum	77
7.5	Bauchmuskulatur	80
7.5.1	M. rectus abdominis	80
7.5.2	M. obliquus externus abdominis	81

7.5.3	M. obliquus internus abdominis . . . . .	82
7.5.4	M. transversus abdominis . . . . .	83
7.6	<b>Schulter</b> . . . . .	85
7.6.1	Insuffizienz der Rotatorenmanschette . . . . .	86
7.6.2	M. supraspinatus . . . . .	88
7.6.3	M. infraspinatus . . . . .	90
7.6.4	M. teres minor . . . . .	92
7.6.5	M. deltoideus . . . . .	94
7.6.6	M. biceps brachii . . . . .	96
7.6.7	M. pectoralis major, Pars clavicularis. . . . .	98
7.6.8	M. pectoralis major, Pars costosternalis. . . . .	100
7.7	<b>Obere Extremität</b> . . . . .	102
7.7.1	Extensoren – M. extensor carpi radialis longus et brevis/M. extensor digitorum communis . . . . .	102
7.8	<b>Hüfte</b> . . . . .	104
7.8.1	M. iliopsoas . . . . .	104
7.8.2	M. gluteus medius . . . . .	107
7.8.3	M. gluteus maximus . . . . .	109
7.8.4	M. piriformis . . . . .	111
7.8.5	Adduktoren . . . . .	113
7.9	<b>Untere Extremität</b> . . . . .	116
7.9.1	M. rectus femoris. . . . .	116
7.9.2	Ischiokrurale Muskeln – Kombinationsanlage . . . . .	117
7.9.3	M. triceps surae. . . . .	119
<b>8</b>	<b>Ligamenttechnik/Spacetechnik</b> . . . . .	121
8.1	<b>Allgemeine Hinweise</b> . . . . .	121
8.2	<b>Schulter</b> . . . . .	122
8.2.1	Lig. scapulohumerale . . . . .	122
8.2.2	Akromioklavikulargelenk . . . . .	123
8.2.3	Sternoklavikulargelenk . . . . .	124
8.3	<b>Obere Extremität</b> . . . . .	125
8.3.1	Laterale Kapsel des Humeroradialgelenks – Spot-Anlage. . . . .	125
8.3.2	Handgelenk – Kapsel Articulatio radiocarpalis und Articulatio mediocarpalis . . . . .	126
8.3.3	Ligamenttechnik bei Fingerdistorsion am Beispiel des proximalen Interphalangealgelenks (PIP) . . . . .	127
8.3.4	Daumendistorsion im Sattelgelenk/Rhizarthrose . . . . .	128
8.4	<b>Untere Extremität</b> . . . . .	129
8.4.1	Lig. collaterale mediale, Knieinnenband. . . . .	129
8.4.2	Lig. collaterale laterale, Knieaußenband. . . . .	130
8.5	<b>Triggerpunktbehandlung (hernierter Triggerpunkt)</b> . . . . .	131
8.5.1	Vorgehen . . . . .	131

<b>9</b>	<b>Faszientechiken</b> . . . . .	<b>132</b>
	<i>Arndt Fengler</i>	
<b>9.1</b>	<b>Allgemeine Hinweise.</b> . . . . .	<b>132</b>
<b>9.2</b>	<b>Faszientechnik</b> . . . . .	<b>132</b>
9.2.1	Schulterfaszien . . . . .	134
9.2.2	Schultersubluxation. . . . .	135
9.2.3	Akute Rippendysfunktionen . . . . .	137
9.2.4	Kniedrainage, Hiatus tendineus . . . . .	139
<b>9.3</b>	<b>Korrektur- und Faszientechnik</b> . . . . .	<b>140</b>
9.3.1	Korrekturtechnik Regio supraclavicularis. . . . .	140
<b>10</b>	<b>Korrekturanlagen/mechanische Korrekturtechnik</b> . . . . .	<b>142</b>
<b>10.1</b>	<b>Allgemeine Hinweise.</b> . . . . .	<b>142</b>
10.1.1	Mechanische Korrekturtechnik 1 . . . . .	142
10.1.2	Mechanische Korrekturtechnik 2 . . . . .	142
<b>10.2</b>	<b>Untere Extremität – Knie</b> . . . . .	<b>142</b>
10.2.1	Korrektur der Patella nach medial. . . . .	142
10.2.2	Tibialis-anterior-Syndrom . . . . .	144
<b>11</b>	<b>Nerventechniken</b> . . . . .	<b>145</b>
<b>11.1</b>	<b>Allgemeine Hinweise.</b> . . . . .	<b>145</b>
<b>11.2</b>	<b>Obere Wirbelsäule</b> . . . . .	<b>145</b>
11.2.1	Plexus brachialis . . . . .	145
<b>11.3</b>	<b>Untere Wirbelsäule.</b> . . . . .	<b>147</b>
11.3.1	N. ischiadicus . . . . .	147
<b>12</b>	<b>Lymphatische Tapeanlagen</b> . . . . .	<b>148</b>
	<i>Kristin Adler</i>	
<b>12.1</b>	<b>Allgemeine Hinweise.</b> . . . . .	<b>148</b>
12.1.1	Lymphgefäßsystem . . . . .	148
12.1.2	Anlage des Tapes nach der Lymphdrainage . . . . .	150
12.1.3	Einfluss auf die Venen . . . . .	150
12.1.4	Hämatome . . . . .	150
<b>12.2</b>	<b>Lymphanlage Gesicht</b> . . . . .	<b>152</b>
12.2.1	Lymphfächer mit 5–8 Zügeln . . . . .	152
<b>12.3</b>	<b>Lymphanlage Extremitäten</b> . . . . .	<b>154</b>
12.3.1	Obere Extremität – Lymphfächer mit 4–6 Zügeln . . . . .	154
12.3.2	Untere Extremität und Rumpf – Lymphfächer mit 4–6 Zügeln . . . . .	156
<b>12.4</b>	<b>Lymphanlage Rumpfbereich</b> . . . . .	<b>158</b>
12.4.1	Anlage eines Lymphfächers im Rumpfbereich zur Überbrückung von Wasserscheiden . . . . .	158
<b>12.5</b>	<b>Behandlung von Eiweißfibrosen</b> . . . . .	<b>160</b>
12.5.1	Tapeanlage bei Eiweißfibrose . . . . .	160

<b>13 Funktionelle Korrekturtechniken</b> . . . . .	<b>162</b>
13.1 Allgemeine Hinweise . . . . .	162
13.2 Obere Extremität . . . . .	162
13.2.1 Anwendung im Bereich der Hand . . . . .	162
13.2.2 Abduktionsschwäche der Schulter . . . . .	164
13.3 Untere Extremität . . . . .	165
13.3.1 Fußheberschwäche . . . . .	165
<b>14 Viszerales Taping</b> . . . . .	<b>166</b>
14.1 Magen/Leber . . . . .	166
14.1.1 Diaphragma abdominale (unilateral) . . . . .	166
14.1.2 Indikationsanlage Enteroptose (viszerale Ptose) . . . . .	170
14.2 Darm . . . . .	172
14.2.1 Colon ascendens, Colon transversum . . . . .	172
14.2.2 Colon descendens . . . . .	174
14.2.3 Colon descendens/ascendens – Variante . . . . .	175
14.2.4 Kombination ileozäkalregion und N. cutaneus femoralis lateralis . . . . .	176
14.2.5 Dünndarm . . . . .	177
14.3 Blase . . . . .	179
14.3.1 Inkontinenz und Senkungen . . . . .	179
<b>15 Indikationsanlagen</b> . . . . .	<b>181</b>
15.1 Wirbelsäule . . . . .	181
15.1.1 HWS akut – Schleudertrauma . . . . .	181
15.1.2 BWS-Haltungskorrektur . . . . .	183
15.1.3 Skoliose . . . . .	184
15.1.4 Monosegmentale Wirbeldysfunktionen . . . . .	186
15.1.5 Schmerzkreuz LWS . . . . .	187
15.2 Thorax . . . . .	188
15.2.1 Diaphragma abdominale in Inspirationsdysfunktion (Einschränkung der Expiration) . . . . .	188
15.2.2 Diaphragma abdominale in Expirationsdysfunktion (Einschränkung der Inspiration) . . . . .	190
15.3 Schulter und obere Extremität . . . . .	191
15.3.1 Schulterschmerz bei Sportlern . . . . .	191
15.3.2 Rotatorenmanschettenruptur . . . . .	191
15.3.3 Akromioklavikulargelenk – akute Verletzung . . . . .	193
15.3.4 Akromioklavikulargelenk – Distorsion Grad I–II (Tossy I–II) . . . . .	194
15.3.5 Tennisarm – Epicondylitis humeri radialis . . . . .	195
15.3.6 Golferarm – Epicondylitis humeri ulnaris . . . . .	196
15.4 Knie und untere Extremität . . . . .	197
15.4.1 Entlastung des retropatellaren Gleitlagers im Knie . . . . .	197
15.4.2 Gonarthrose . . . . .	199
15.4.3 Gestörte Kniekontrolle bei Extension . . . . .	201
15.4.4 Vorderer Kreuzbandriss . . . . .	203
15.4.5 Interne Verstauchung . . . . .	204
15.4.6 Talus- und Fibulakorrektur – modifizierte McMulligan-Technik . . . . .	205

15.4.7	Achillessehne, Muskeltechnik Mm. gastrocnemii, Korrektur der Plantarfaszie . . . . .	207
15.4.8	Hallux valgus . . . . .	209
15.5	Dysfunktionen des Os ilium . . . . .	210
15.5.1	Iliumdysfunktion in Anteriorität . . . . .	222
15.5.2	Iliumdysfunktion in Posteriorität . . . . .	212
15.5.3	Sakrum in Nutation, bilaterale Flexionsdysfunktion . . . . .	213
15.5.4	Insuffizienz der Spiral Line in Höhe des Beckens . . . . .	214
15.6	Gynäkologie . . . . .	215
15.6.1	Menstruationsschmerz . . . . .	215
15.6.2	Abdominales Rückbildungstage . . . . .	216
15.6.3	Rektusdiastase . . . . .	217
15.6.4	Viszerale Ptose . . . . .	218
15.6.5	Entlastung der Brust – X-Shape . . . . .	219
15.6.6	Entlastung der Brust – KK-Shape . . . . .	220
<b>16</b>	<b>Narbenbehandlung . . . . .</b>	<b>221</b>
	<i>Kristin Adler</i>	
16.1	Abdomen . . . . .	221
16.1.1	Korrektur auf dem Abdomen . . . . .	221
16.2	Untere Extremität . . . . .	223
16.2.1	Korrektur am Oberschenkel auf dem Tractus iliotibialis . . . . .	223
16.2.2	Korrektur auf dem Knie . . . . .	225
<b>17</b>	<b>Literatur . . . . .</b>	<b>227</b>
<b>18</b>	<b>Autoren . . . . .</b>	<b>229</b>
<b>19</b>	<b>Abbildungsnachweis . . . . .</b>	<b>230</b>
	<b>Sachverzeichnis . . . . .</b>	<b>231</b>