

Inhaltsverzeichnis

1	Die K-Taping-Methode	1
	<i>Birgit Kumbrink</i>	
1.1	Von der Idee zur Therapiemethode	2
1.2	Das elastische K-Tape	3
1.2.1	Acrylbeschichtung	5
1.2.2	Anzeichen für unzureichende Tape-Qualität	5
1.2.3	Tape mit Wirkstoffen	7
1.3	Anwender und Anwendungsgebiete	7
1.4	Ausbildung zum K-Taping Therapeuten	7
1.5	CROSSTAPE®	7
1.5.1	Funktion und Eigenschaften	8
1.5.2	Anwendung	8
1.6	Grundlegende Funktionen und Effekte des K-Tapings	9
1.6.1	Verbesserung der Muskelfunktion	9
1.6.2	Beseitigung von Zirkulationseinschränkungen	9
1.6.3	Schmerzreduktion	10
1.6.4	Unterstützung der Gelenkfunktionen	11
1.7	Anlegen und Entfernen des Tapes	11
1.8	Kontraindikationen	13
1.9	Farblehre	13
1.10	Kombinationstherapie	13
1.11	Grundregeln bei der Behandlung	14
	Literatur	14
2	Die vier Anlagetechniken	15
	<i>Birgit Kumbrink</i>	
2.1	Muskelanlagen	16
2.1.1	Muskelfunktion	16
2.1.2	Wirkweise des K-Tapings	16
2.1.3	Durchführung der Anlage	16
2.2	Ligamentanlagen	18
2.2.1	Ligamentanlage für Bänder (Ligamenta)	19
2.2.2	Ligamentanlage für Sehnen	23
2.2.3	Spacetape	25
2.3	Korrekturanlagen	27
2.3.1	Funktionelle Korrektur	27
2.3.2	Faszienkorrektur	29
2.4	Lymphanlagen	30
2.4.1	Wirkweise des K-Tapings	30
2.4.2	Durchführung der Anlage	33
3	Lymphsystem und lymphatische Erkrankungen	37
	<i>Birgit Kumbrink</i>	
3.1	Anatomie des Lymphsystems	38
3.1.1	Initiale Lymphgefäße	38
3.1.2	Lymphkollektoren mit zwischengeschalteten Lymphknoten	39
3.1.3	Lymphstämme	41

3.2	Gewebsflüssigkeit und Lymphe	43
3.2.1	Stoffaustauschvorgänge: Diffusion und Osmose	43
3.2.2	Lymphpflichtige Lasten	43
3.3	Insuffizienz des Lymphsystems	44
3.3.1	Ödeme	44
3.3.2	Lymphgefäßinsuffizienz und Ödementstehung	44
3.3.3	Der Eiweißgehalt von Ödemen	45
3.3.4	Einteilung von Ödemen nach Ursachen	45
	Literatur	46
4	Indikationsanlagen	47
	<i>Birgit Kumbrink</i>	
4.1	Posttraumatische und postoperative Schwellungen	49
4.1.1	Untere Extremität	49
4.1.2	Obere Extremität	69
4.1.3	Kopf	83
4.1.4	Allgemeine Lokalisationen	85
4.2	Lymphödeme	91
4.2.1	Sekundäres Beinlymphödem	91
4.2.2	Sekundäres Armlymphödem	111
4.2.3	Sekundäres Lymphödem des Kopfes	141
4.3	Venös bedingte Schwellungen: Die chronisch venöse Insuffizienz (CVI)	149
4.4	Schwellungen anderer Ursachen	151
4.4.1	Regenerations-/Entmüdungsanlagen	151
4.4.2	Lipödem	155
4.4.3	Rheumatoide Arthritis	159
	Serviceteil	165
	Stichwortverzeichnis	166