

## KINEZIOTAPING

Napísal Daniel Bernátek

Nedeľa, 17 November 2013 11:02 - Posledná zmena Utorok, 17 Jún 2014 20:42

---

Tejpovanie elastickými páskami patrí k novým trendom preventívneho, liečebného, rehabilitačného ošetrovania pohybového aparátu. Umožňuje aktivitu funkčného celku pohybového aparátu, zachováva



nervovo-svalové funkcie, zlepšuje subjektívny pocit ošetrenej osoby, skracuje dobu nutného liečebného zásahu, neobťažuje a zvyšuje pocit istoty, zlepšuje stav po parézach. Kineziotejpovanie je jednou z bežne používaných metód športového lekárstva. Jedná sa o metódu obväzovania telesných partií, najčastejšie končatín a chrbtice, pomocou pružných lepiacich pásk na jednotlivé časti tela. Je to metóda, ktorá môže predísť úrazovým poškodeniam ľudského tela preventívnou aplikáciou, alebo ako účinná forma obmedzenia rýchlej prvej pomoci pri takmer všetkých športoch. Tejpovanie je spevňovacia funkčná bandáž, ktorá slúži ako ochranná alebo rehabilitačná pomôcka. Je však šetrnejšia vzhľadom na zachovanie voľného krvného obehu a patrí medzi funkčné techniky prevencie a liečby pohybového aparátu. Terapeutické využitie tejpovania je aj v pediatrii, napr. chybné držanie tela a taktiež je možné aj v tehotenstve.

### INDIKÁCIE

- bolesť svalov, kĺbov a šliach
- zlepšenie funkcie a stability svalov a kĺbov
- zlepšenie krvného a lymfatického obehu
- zlepšenie hojenie svalových „ruptúr
- zlepšenie stavu pooperačných jaziev

**Bližšie informácie o tejto technike a objednávky vybavím podľa dohody na tel.č.: 0949 881 780, [info@daniel-bernatek.eu](mailto:info@daniel-bernatek.eu)**