

Kinesio Tape er ikke kun til sportsfolk

Måske har du bemærket, hvordan Serena Williams knæ har været tapet til i en tennismatch, eller hvordan danske elitesportsfolk som fx håndboldspillere nogle gange ser ud. Deres fysioterapeuter anvender sandsynligvis Kinesio Tape, der er en behandlingsform, som nu bliver benyttet af mere end 500 danske fysioterapeuter – og til meget andet end sportsskader.

Det enestående ved Kinesio Tape er, at det kan skabe en stor effekt blot ved at give huden et mikroskopisk løft. Mere skal der ikke til for at forbedre blod- og lymfegennemstrømningen, hvilket har betydning i behandlingen af en række symptomer.

Enkel, effektiv og ufarlig behandlingsform

Kroniske lændesmerter, en stiv skulder, en hævelse efter fx en operation eller en lammelse efter en hjerneblødning. Det er blot nogle af de områder, hvor Kinesio Tape har en effekt, fordi den medvirker til, at over-spændte muskler slapper af, hævelser fortager sig og svage punkter bliver stimuleret.

Den enkle behandlingsform er udviklet helt tilbage i 1973 af den japanske kiropraktor og kinesiolog Kenzo Kaze. Den bygger på ideen om at styrke kroppens selvhelbredende kræfter 24 timer i døgnet. Indsamling af data fra forsøg og utallige behandlinger, har gjort, at tapen løbende er blevet forbedret samtidig med, at teknikken er udviklet. Man kan derfor i dag anvende tapen bredt, uanset om målet er forebyggende behandling, smertelindring eller rehabilitering.

Kristian Seest, som er fysioterapeut hos Sports Pharma, der er forhandler af det originale Kinesio Tape i hele Skandinavien, er ikke i tvivl om, hvorfor tapen er så populær:

Det er ganske enkelt, fordi den på en skånsom måde giver en stor effekt her & nu, siger han.

Effektiv efter operationer

Ud over at mange fysioterapeuter tilbyder denne behandlingsform, er den også taget i brug på flere af landets hospitaler. Et af dem er Århus Universitetshospital i Skejby, som bl.a. bruger tapen i forbindelse med operation af livmoderhalskræft. Det er her ikke ualmindeligt, at kvinderne efterfølgende er plaget af lette lymfødemgener i benene. Den cirkulation, man skaber ved at give huden det mikroskopiske løft, har en god effekt på dette problem, der ofte giver uro, smerter og tyngdefornemmelser.

Generelt er Kinesio Tape effektivt efter operationer, fordi det kan bidrage til, at hævelserne efter en operation fortager sig hurtigere. Derudover fremhæver man hos Sports Pharma, at patienter med neurologisk symptomer har stor glæde af Kinesio Tape. Det kan fx være efter en hjerneblødning, hvor man har mistet følelsen i dele af kroppen. *Huden er fyldt med sansereceptorer. Ved at benytte tapen får kroppen via huden informationer, som den bruger til at rehabilitere sig selv med, siger Kristian Seest.*

Anvendelse kræver indsigt

Afhængig af diagnose, skade eller smerte klipper man tapen, så den passer til det område, man ønsker at behandle. Man strækker huden, sætter tapen på og opnår dermed det nævnte løft. Det lyder enkelt, men det kræver faktisk en del indsigt. Det er derfor ikke noget, man selv kan gøre, og man må derfor spørge efter behandlingen hos fysioterapeuten.

Kristian Seest fremhæver, at alle fysioterapeuter, der køber original Kinesio Tape hos Sports Pharma, har deltaget i et specialkursus. *Anvendelse af Kinesio Tape kræver både sundhedsfaglig viden og kendskab til teknikken. Fagfolk kan derfor først købe tapen hos Sports Pharma, når de har gennemgået et kursus. På den måde kan vi skabe troværdighed omkring produktet og gøre vores til, at patienterne får en seriøs behandling, slutter han.*