

ТЕРАПИЯ БОЛИ



**ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО
ПО ПРИМЕНЕНИЮ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ТЕЙПИРОВАНИЯ
(ОРТОТЕЙПИНГА)**

УДК 616.7
ББК 53.5 С89

ТЕРАПИЯ БОЛИ.

Практическое руководство по применению терапевтического тейпирования (ортотейпинга).

Методическое пособие Академии терапевтического тейпирования.

Терапия Боли. Практическое руководство по применению терапевтического тейпирования (ортотейпинга), Москва: Издательство «Ортодинамика», 2019.- 24 с: 43 ил.

Настоящие рекомендации включают совокупность аппликаций применения терапевтического тейпирования (ортотейпинга) в лечении миофасциального болевого синдрома. Включенные в настоящие рекомендации аппликации обладают высокой терапевтической эффективностью и значительно сокращают сроки лечения пациентов.

Рекомендации предназначены для массажистов, мануальных терапевтов, реабилитологов, специалистов по лечебной физической культуре, физиотерапевтов, специалистов по медицинскому массажу и могут быть выполнены в лечебно-профилактических и санаторно-курортных организациях и в домашних условиях.



ОГЛАВЛЕНИЕ

МЕТОДИКА – ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ТЕЙПИРОВАНИЕ	4
ПРАКТИКА ПРИМЕНЕНИЯ ОРТОТЕЙПИНГА	8
НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ПРИ БОЛЯХ В ПЛЕЧЕ	9
НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ПРИ БОЛЯХ В КОЛЕНЕ	11
НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ДЛЯ КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ В ОБЛАСТИ АХИЛЛОВОГО СУХОЖИЛИЯ	12
НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ДЛЯ СТАБИЛИЗАЦИИ КОЛЕННОГО СУСТАВА	13
НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ДЛЯ КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ ЛУЧЕЗАПЯСТНОГО СУСТАВА	15
НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ДЛЯ КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ ТАЗОБЕДРЕННОГО СУСТАВА	16
НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ПРИ УШИБЕ ЛОКТЕВОГО СУСТАВА	17
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ ТЕЙПИРОВАНИЯ ДЛЯ СПЕЦИАЛИСТОВ	18
ДИСТАНЦИОННОЕ ОНЛАЙН ОБУЧЕНИЕ	20
АКАДЕМИЯ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ТЕЙПИРОВАНИЯ	22



МЕТОДИКА ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ТЕЙПИРОВАНИЕ

ПРАПРОТИБОБОЛЕВОЕ ДЕЙСТВИЕ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ТЕЙПИРОВАНИЯ

ВЛИЯНИЕ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ТЕЙПИРОВАНИЯ НА ТОНУС И НАПРЯЖЕНИЕ МЫШЦ

ПРИМЕНЕНИЕ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ТЕЙПИРОВАНИЯ

ПОКАЗАНИЯ И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ТЕРАПЕВТИЧЕСКОМУ ТЕЙПИРОВАНИЮ

ОБЩИЕ ПРАВИЛА ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ТЕЙПИРОВАНИЯ

МЕТОДИКА ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ТЕЙПИРОВАНИЕ

ПРОТИБОЛЕВОЕ ДЕЙСТВИЕ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ТЕЙПИРОВАНИЯ

Боль – это неприятное сенсорное и эмоциональное переживание, связанное с истинным или потенциальным повреждением ткани или описываемое в терминах такого повреждения (Международная ассоциация по изучению боли (IASP), 1979).

Восприятие боли (ноцицепция) происходит в результате как механического повреждения, травмы, так и за счёт химического раздражения альгогенными веществами, выделившимися в месте повреждения (субстанция Р, простагландины, брадикинин, гистамин).

Уменьшение болевого синдрома при помощи терапевтического тейпирования реализуется за счёт двух механизмов: активации афферентного потока через толстые миелиновые А- волокна и улучшения микроциркуляции в соединительной ткани.

ВЛИЯНИЕ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ТЕЙПИРОВАНИЯ НА ТОНУС И НАПРЯЖЕНИЕ МЫШЦ

В регуляции деятельности каждой мышцы участвуют две регулирующие системы обратной связи:

- система регуляции длины, роль датчика в которой играют мышечные веретёна;

- система регуляции напряжения, датчиками которой служат сухожильные органы Гольджи.

Под воздействием терапевтического тейпирования активируются сухожильные органы Гольджи и мышечные веретёна, что позволяет регулировать мышечный тонус. Поэтому многое зависит от места

наложения тейпа. Активация рецепторов кожи способствует активации проприорецепторов мышц и суставов.

Если вас интересуют Анатомо-физиологическое обоснование тейпирования и как это работает, то вы сможете посмотреть в специальных уроках миникурса «Основы терапевтического тейпирования». Смотрите уроки без оплаты, регистрируйтесь здесь - <https://academy-tt.com>

ПРИМЕНЕНИЕ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ТЕЙПИРОВАНИЯ

Терапевтическое тейпирование применяется после проведения специалистом диагностического обследования, и имеет целью несколько направлений действия в зависимости от схемы его наложения. Постоянное и длительное воздействие эластичной тяги кинезиотейпа на ткани человека приводит в итоге к балансу тонуса мышц. В ряде случаев целью тейпирования может быть улучшение циркуляции лимфы, в иных случаях – стимулирование рецепторов мышц, связок, сухожилий, суставов.

Терапевтическое тейпирование имеет широкий круг показаний и применяется в мануальной, спортивной и восстановительной медицине, травматологии, ортопедии, физической реабилитации, физиотерапии.

В ряду неоспоримых преимуществ Терапевтического тейпирования могут быть названы:

- получение благоприятных результатов в относительно короткий промежуток времени
- простота и экономичность применения
- возможность непрерывного лечебно -

корректирующего воздействия в течение 3-5 суток

- отсутствие в составе кинезиотейпов и в клеевой основе фармакологически активных веществ
- отсутствие ограничений амплитуды движений в процессе жизнедеятельности и занятий.

Терапевтическое тейпирование целесообразно применять как самостоятельный метод, так и в сочетании с медикаментозным лечением, физиотерапией, мануальной терапией, иглорефлексотерапией, лечебной физкультурой.

Техника наклеивания тейпа не является сложной, но должна применяться подготовленным персоналом, чтобы гарантировать оптимальные терапевтические или профилактические результаты.

Для получения гарантированного результата необходимо использовать качественные расходные материалы – тейпы.

Рекомендуемые тейпы можно приобрести в магазине Ортодинамика.

Для ознакомления с ассортиментом, кликните по ссылке <https://ortodinamika.ru/>

ОБЩИЕ ПРАВИЛА ТЕЙПИРОВАНИЯ

- Участок кожи в месте наклеивания должен быть чистым и сухим. При выраженном волосяном покрове следует удалить волосы, чтобы повысить стойкость аппликации.
 - Обезжирить, продезинфицировать и высушить место аппликации.
 - Отрезать тейп нужной длины и формы.
 - Рекомендуется закруглить края тейпа для наилучшей фиксации и предотвращения отклеивания.

- Осторожно отделить часть защитной бумаги от тейпа, не допуская склеивания тейпа.

- Начало и конец тейпа длиной 3-5 см (якоря или базы) всегда клеятся без натяжения независимо от места и способа наложения тейпа.

- По мере наклеивания тейпа постепенно снимайте защитную бумагу, избегая касания к клеевой стороне.

- В зависимости от показаний и метода наложения рабочая часть тейпа (исключающая якоря или базы) наклеивается без натяжения.

- При наложении с натяжением тейп следует растягивать равномерно по всей длине рабочей области тейпа. Мышцы в этом случае в месте аппликации тейпа должны находиться в растянутом состоянии (исключение – гематомы).

- При выполнении многослойных аппликаций первым наклеивается тейп, реплицирующий основной (терапевтический) эффект, а затем уже поддерживающие и корректирующие тейпы.

- После аппликации тейп следует тщательно прогладить (разогреть) рукой для активации клеевого слоя и более качественной фиксации тейпа.

- Удалять тейп следует осторожным движением по направлению роста волос. Не следует мочить тейп перед удалением.

Подробности выбора тейпов, основные способы нарезки и правила нанесения (апплицирования) 6 основных видов тейпов вы можете посмотреть в специальных уроках миникурса «Основы терапевтического тейпирования». Смотрите уроки без оплаты, регистрируйтесь здесь - <https://academy-tt.com>

ПОДВОДЯ ИТОГ вышесказанному, подчеркнём, что, обладая рядом неоспоримых преимуществ, таких как широкий спектр показаний, благоприятные и быстрые результаты, простота и экономичность применения.

Методика освоена и знакома во всем мире. Терапевтическое тейпирование доступно для обучения специалистами с высшим и средним медицинским образо-

ванием, с физкультурным образованием и специалистам по оздоровлению, имеющих специальные знания анатомии и физиологии.

ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ТЕЙПИРОВАНИЕ заслуживает особого внимания со стороны специалистов, стремящихся применять эффективные современные методики в своей практике.

 Академия терапевтического тейпирования

Терапевтическое тейпирование		
Ортотейпинг	Комбинированное тейпирование	Сочетанное тейпирование
Стабилизирующее тейпирование	Цуботейпинг	Магнитотейпинг
Кинезиотейпирование	Тейпирование с акваметаллами	С методами мануальной терапии (Эластионика)
Ортодинамическое тейпирование	Фармакотерапевтическое тейпирование	С методами лечебной физкультуры (Эластионика)
Сегментарное тейпирование	Комбинация других видов тейпирования	С методами ортезирования

Образовательная программа «ОРТОДИНАМИКА»

Образовательная программа «ОРТОДИНАМИКА» соответствует требованиям ISO 9001-2011.
Сертификат соответствия № РОСС RU.OC/06.СМК.15-0123

**УЗНАТЬ ПОДРОБНОСТИ О МИНИ КУРСЕ
ОСНОВЫ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ТЕЙПИРОВАНИЯ**



ПРАКТИКА ПРИМЕНЕНИЯ ОРТОТЕЙПИНГА

НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ПРИ БОЛЯХ В ПЛЕЧЕ

НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ДЛЯ СТАБИЛИЗАЦИИ
КОЛЕННОГО СУСТАВА

НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ДЛЯ КОРРЕКЦИИ НАРУ-
ШЕНИЙ В ОБЛАСТИ АХИЛЛОВОГО СУХОЖИЛИЯ

НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ДЛЯ КОРРЕКЦИИ НАРУ-
ШЕНИЙ ЛУЧЕЗАПЯСТНОГО СУСТАВА

НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ПРИ БОЛЯХ В КОЛЕНЕ

НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ДЛЯ КОРРЕКЦИИ НАРУ-
ШЕНИЙ ТАЗОБЕДРЕННОГО СУСТАВА

НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ПРИ УШИБЕ ЛОКТЕВОГО
СУСТАВА

ПРАКТИКА ПРИМЕНЕНИЯ ОРТОТЕЙПИНГА

Орточейпинг – основа терапевтического тейпирования.

Методика основана на применении эластичного кинезиотейпа и малоразмерных тейпов с целью восстановления двигательных функций, устранения нарушений нервной системы и отеков различного генеза.

НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ПРИ БОЛЯХ В ПЛЕЧЕ

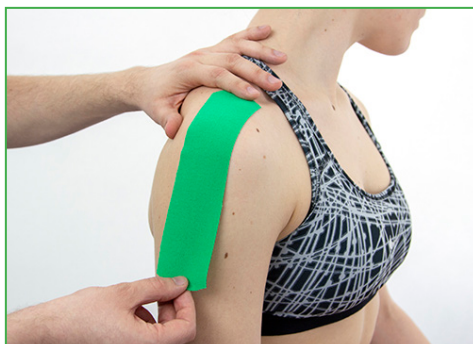


фото 1



фото 2

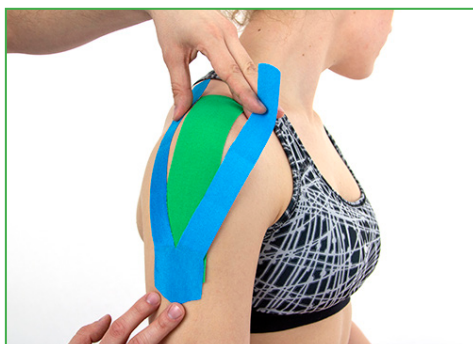


фото 3



фото 4



фото 5



фото 6

Используется стандартный тейп шириной 5 см, один I-образный отрезок и один Y – образных отрезка.

Положение пациента сидя или стоя. Отрезок I - образного тейпа приклеивается основанием от акромиальной области по наружной поверхности плеча в проекции средней порции дельтовидной мышцы (фото 1-2).

Основание Y-образного тейпа наклеивают на границе верхней и средней трети плеча; раздвоенные концы тейпа приклеивают в проекции переднего и заднего краев дельтовидной мышцы, при максимальном поочередном их растяжении; якорь перекликается с I - образным тейпом и находится на нем. Тейп наклеивают без натяжения (фото 3-7).

Эффекты: уменьшение степени выраженности болевого синдрома в области плечевого



НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ПРИ БОЛЯХ В КОЛЕНЕ



фото 1



фото 2



фото 3



фото 4



фото 5



фото 6

Коррекция пространства производим тейпом «китайский фонарик»:

- вырезают «китайский фонарик». Для этого в центральной части ленты проводят 3 продольных разреза;
- пациент максимально сгибает конечность в суставе для увеличения натяжения тканей;
- на кожу проксимальнее отека или

боли наклеивается первый «якорь»;

- на кожу в области отека или боли наклеивается средняя часть тейпа;
- на кожу дистальнее отека или боли наклеивается второй «якорь»;
- «якоря» наклеивают без натяжения.

Эффекты: уменьшение степени выраженности болевого синдрома и отека тканей в области коленного сустава.

НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ДЛЯ КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ В ОБЛАСТИ АХИЛЛОВОГО СУХОЖИЛИЯ



фото 1



фото 2



фото 3



фото 4



фото 5

Используется стандартный тейп шириной 5 см, один I-образный отрезок. Тейп измеряется от пяточной кости на подошве стопы до соединения мышцы и сухожилия икроножной мышцы; пациент лежит на животе с максимальным тыльным разгибанием стопы.

Голеностопный сустав помещается в нейтральное положение и основание тейпа прикрепляется на подошву стопы без натяжения, для того чтобы обеспечить лучшую фиксацию.

Мышца удлиняется и прикрепляется основание, затем прикрепляется тейп с максимальным растягиванием на сухожилие, вплоть до точки его соединения с мышцей.

Концы тейпа накладываются без натяжения.

Эффекты: уменьшение выраженности болевого синдрома, стабилизация области ахиллового сухожилия.

НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ДЛЯ СТАБИЛИЗАЦИИ КОЛЕННОГО СУСТАВА



фото 1



фото 2



фото 3



фото 4

Используется стандартный тейп шириной 5 см, длиной 35 – 40 см, Y – разрез примерно 20 - 25 см.

Пациент находится в положении лежа на спине, сгибает ногу в коленном суставе. Основание тейпа наклеивается ближе к центру коленной чашечки; центральную часть тейпа наклеивают в области верхней трети большеберцовой кости с натяжением 50–75%; «хвосты» Y –образного тейпа огибают коленную чашечку без натяжения (фото 1-3).

Используется стандартный тейп шириной 5 см, длиной 20 – 25 см. Среднюю часть тейпа приклеивают основанием к нижней части коленной чашечки поверх ранее наклеенного тейпа; нижний край тейпа находится в области верхней трети большеберцовой кости и осуществляют наклеивание с натяжением 50–75%; свободные концы тейпа приклеивают с обеих сторон выше коленной чашечки без натяжения (фото 4).



фото 5



фото 6



фото 7

Используется стандартный тейп шириной 5 см, длиной 15 – 20 см. К верхней части коленной чашечки, поперечно, поверх предыдущих тейпов приклеивают еще один тейп; пациент разгибает ногу в коленном суставе.

Эффекты: уменьшение выраженности болевого синдрома, стабилизация коленного сустава.

НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ДЛЯ КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ ЛУЧЕЗАПЯСТНОГО СУСТАВА



фото 1



фото 2



фото 3

Используется стандартный тейп шириной 5 см, длиной 15 – 20 см. К верхней части коленной чашечки, поперечно, поверх предыдущих тейпов приклеивают еще один тейп; пациент разгибает ногу в коленном суставе.

Эффекты: уменьшение выраженности болевого синдрома, стабилизация коленного сустава.

НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ДЛЯ КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ ТАЗОБЕДРЕННОГО СУСТАВА



фото 1



фото 2



фото 3



фото 4

Пациент лежит на боку, конечность для тейпирования согнута в коленном и тазобедренном суставе.

Используется стандартный тейп шириной 5 см, три I-образных отрезка.

Для объемного тейпа всегда используется длина 15 см. Каждая из полос тейпа накладывается полностью с максимальным натяжением на область большого вертела бедренной кости.

Полоса первого тейпа прикрепляется поперек сустава (фото 1), а полоса второго тейпа прикрепляется на первый по диагонали (фото 2).

Техника наложения повторяется для двух диагональных полос тейпа. Все концы тейпа накладываются без натяжения (фото 3-4).

Эффекты: уменьшение выраженности болевого синдрома, поддержка стабилизация тазобедренного сустава.

НАКЛЕИВАНИЕ ТЕЙПА ПРИ УШИБЕ ЛОКТЕВОГО СУСТАВА



фото 1



фото 2



фото 3



фото 4

Используется стандартный тейп шириной 5 см, длиной 15 –20 см. Пациент находится в положении сидя или стоя. Сложите отрезок тейпа пополам вдоль, а затем поперек полоски. Вырежете Х-образную форму полоски. Для этого необходимо сделать надрезы по краям ленты, иногда вырезать в ее центре квадратное отверстие;

Поднимите руку с согнутым локтевым суставом, под углом 90 градусов в горизонтальное положение. Наклейте тейп вдоль руки, так, чтобы выступ локтевого сустава оказался в центре отверстия.

Эффекты: уменьшение выраженности болевого синдрома, уменьшение отека локтевого сустава.

Методика терапевтического тейпирования не требует дорогостоящей аппаратуры. Минимальное время на выполнение процедуры терапевтического тейпирования. Расходные материалы легкодоступны и всегда могут находиться под рукой.

Лечите БОЛЬ тейпированием!

Вы не просто обучаетесь методике, вы получаете новую специальность, возможность устранять боль своих пациентов и гармонизировать физическое состояние пациента.

Так же методика дает дополнительный заработок.



**РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ПРИМЕНЕНИЮ
ТЕЙПИРОВАНИЯ
ДЛЯ СПЕЦИАЛИСТОВ**

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ ТЕЙПИРОВАНИЯ ДЛЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

1. Вот конкретные способы внедрения методики:

1.1. Внедрить как самостоятельную услугу. И брать за неё деньги. Прямой доход. 1.2. Включить как услугу в структуру приёма. Не брать специально денег. Вторичный доход за счет повышения эффективности.

1.3. Изменяя структуру приема, размещать некоторые манипуляции на тейпирование и тем самым сокращать время приема и получать доход за счет увеличения количества пациентов.

1.4. Включить услугу тейпирование в прием и повысить цену приема (тейпировать на каждом приеме).

2. Применяя методику терапевтического тейпирования вы можете:

2.1. Сократить время приема пациентов,

2.2. Уменьшить трудозатраты на одного пациента,

2.3. Увеличить продолжительность терапевтического эффекта от применяемой процедуры.

2.4. Увеличить свой доход.

Применяйте методику терапевтического тейпирования в своей практике и получите все её преимущества.



**ДИСТАНЦИОННОЕ
ОНЛАЙН ОБУЧЕНИЕ**

ДИСТАНЦИОННОЕ ОНЛАЙН ОБУЧЕНИЕ

Как полноценно получить навык тейпирования?

Для этого Академия предлагает онлайн **мини курс «Основы терапевтического тейпирования (ортотейпинга)»**.

Мини курс - это 17 видео уроков для получения устойчивых навыков терапевтического тейпирования в лечении болевых синдромов основных суставов специалистами, которые сталкиваются с болевыми синдромами:)

За 6 лет преподавания методики Академия довела процесс преподавания до высочайшего уровня, целью обучения является только результат - получения навыков.

Мы подготовили для вас лечение болевых синдромов, которые встречаются чаще всего. Вы будете применять эти навыки сразу же во время обучения.

А преподаватели АТТ будут контролировать правильность применения полученных навыков.

УЗНАТЬ КАК ПРОХОДИТ ОБУЧЕНИЕ

КУРС СОСТОИТ ИЗ 3 МОДУЛЕЙ

Теоретические основы тейпирования

Практики тейпирования

Техники повышения эффективности



кликни чтобы посмотреть

Для тех, кто прочитал Практическое пособие, есть специальное предложение - СКИДКА 90%

Что Вы получите от дистанционного обучения?

1. Технологию терапевтического тейпирования (ортотейпинг) для решения проблем Ваших пациентов;
2. Практические видео уроки для обучения с неограниченным числом просмотров;
3. Рекомендации по применению терапевтического тейпирования;
4. Дополнительные знания по анатомии и физиологии;

5. Методический материал для участников базового курса ТТ;
6. Сертификат участника международного образца;
7. Бесплатный тейп для начала работы;
8. Бонусы и льготы как ученик Академии терапевтического тейпирования.

МЫ УЧИМ ЛЕЧИТЬ БОЛЬ ТЕЙПИРОВАНИЕМ!

**ПОЛУЧИТЬ МИНИ КУРС
СО СКИДКОЙ 90%**



**АКАДЕМИЯ
ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО
ТЕЙПИРОВАНИЯ**

АКАДЕМИЯ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ТЕЙПИРОВАНИЯ



ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ КОНЦЕПЦИЯ «ОРТОДИНАМИКА»



1. Образовательная концепция ОРТОДИНАМИКА соответствует европейскому стандарту ISO 2009-2015 и требованиям Всемирной Торговой Организации (ВТО).
2. Проводим дистанционное обучение с 2017 года, АТТ включена в реестр Инновационный менеджмент.
3. Обучили более 5500 человек.
4. Наши ученики работают более чем в 100 городах.
5. Разработано 3 образовательных программы, более 25 семинаров.
6. Академия работает более 6 лет.