

УДК 615.83

Бурка О.М.¹, Бусол Д.В.²

¹ старш. викл. ЗНТУ

² студ. гр. УФКС-225 ЗНТУ

КІНЕЗІОТЕЙПУВАННЯ В ФІЗІОТЕРАПІЇ

Кінезіотейпування – це інноваційна сучасна не медикаментозна методика, яку застосовують при міофасціальних больових синдромах, тунельних нейропатіях і реабілітації після інсульту и т.д.

Кінезіотейпи - це еластичні стрічки, виконані з 100% бавовни, покриті гіпоалергенним клеючим гелем на акриловій основі. Вони накладаються на шкіру і при температурі тіла клей активізується. Пацієнт абсолютно не обмежений у рухах, тейпи легко переносять контакт з вологим середовищем і швидко висихають.

На практиці в сучасному центрі кінезітерапії «Медкорд» використовують м'язово-фасціальний кінезіотейпінг. Він має тонізуючу і релаксуючу дію, це залежить від напрямку і сили натягування тейпа. Використовуються аплікації у вигляді І-образних і Y-образних смуг. Тейп при рухах покращує лімфоток і кровообіг в зоні. В центрі застосовували кінезіотейпування після

проведення сеансів мануальної терапії, для підтримки м'язово-фасціального порушення м'язового тону, в комплексній реабілітації при травмах. Також для полегшення навантаження на м'язи, зв'язки, суглоби для профілактики спортивних травм.

Суть методики полягає в тому, що до хворого місця (розтягнутого м'яза, сухожилля або гематоми) особливим способом приклеюється тейп довжиною кілька десятків сантиметрів і шириною 5-10 см. В основі методу лежить регуляція м'язового скорочення, больової чутливості та мікроциркуляції, що модифікуються за допомогою аплікацій кінезіотейпами. При наклеюванні стрічок фізіотерапевт вибирає силу натягу та напрямок тейпів у залежності від діагнозу. Кінезіотейпи не обмежують рухів.

Завдяки застосуванню кінезіотейпу можна збільшити фізичні навантаження, відбувається процес значної втрати калорій. Кінезіотейп зменшує больовий синдром в м'язах, отже, дає можливість тренуватись довше, збільшуючи витривалість під час інтенсивних занять спортом. Нормалізує функціонування лімфатичної системи, знижує запалення, відновлює силу ослаблених чи травмованих м'язів. Покращує рухливість та гнучкість пошкодженої ділянки.

Важливою перевагою застосування кінезіотейпів є відсутність серйозних побічних ефектів, тому їх використання особливо виправдане для лікування болю у дітей, вагітних, пацієнтів з наявністю великої кількості супутніх захворювань. Тейпи працюють через утворення складок на шкірі, за рахунок чого поліпшується відтік міжтканинної рідини, а також впливає на рецептори в тканинах змінюючи реакцію нервової системи на біль.