

KINESIOTAPE FORTBILDUNG

Schulsanitätsdienst der Gesamtschule Ebsdorfer Grund

Was ist Kinesiotape?

Kinesiotape wurde in den 1970ern in Japan erfunden.

Das Tape ist bestens geeignet, um bei Verletzungen die betreffende Körperstelle zu unterstützen und stabilisieren. Dabei passt es sich den natürlichen Bewegungen des Körpers.

Es besteht aus einem elastischen Baumwollband, welches mit einem hautverträglichen Acrylkleber bestrichen ist.

Ein Kinesiotape ist KEIN Wundschnellverband (Pflaster), welches auf offenen Wunden angewendet wird!



Kinesiotape Fortbildung

Am Freitag (28.02.20) hatten die Schulsanis der GSE eine besonders spannende Fortbildung zum Thema: „Richtige Anwendung von Kinesiotape“. Dazu wurde Herr Andreas Schäfer, Physiotherapeut der Physio- und Krankengymnastikpraxis Schäfer und Bojan, eingeladen, um die Sanis zu schulen und ihnen ihre Fragen fachmännisch zu beantworten. Er erklärte, wann die Kinesiotapes angewendet werden dürfen und wann es nicht ratsam ist.

In kleinschrittigen Unterweisungen durch Herrn Schäfer und mit reichlich Übungszeit lernten die Sanis, wie die Tapes korrekt an Hand, Fuß und Knie anzubringen sind und worauf beim Tapeden zu achten ist. Das Hauptaugenmerk lag hierbei auf der Entlastung von Gelenken, die bei sportlichen Veranstaltungen (z.B. Basketballturnier, Bundesjugendspiele) oder dem Sportunterricht anfälliger für Verletzungen sind (Sprunggelenk, Knie und Finger-/Daumensattelgelenk).

Stabilisiert werden können nun Daumen und Finger, Knie- und Sprunggelenke. Die Verbände werden in den regelmäßig stattfindenden Sanitreffen immer wieder geübt, damit die Sanis bei der Handhabung der Tapes geübter und vertrauter werden.