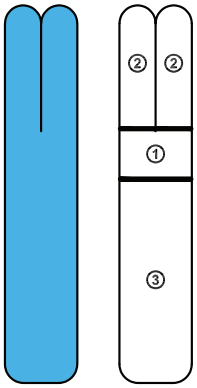
Hüfte



Effekte

Das PreCut Tape Hüfte kann folgendes leisten:

- Verbessert die Ansteuerung der Hüfte und des lateralen Oberschenkels
- Reduziert den Schmerz und verbessert die funktionelle Stabilität bei freier Beweglichkeit
- Stellt normale Muskelaktivität wieder her
- Verbessert die Leistungsfähigkeit
- Hilft weitere Verletzungen zu vermeiden
- Schutz während des Heilungsprozesses

Eine stabile Hüftgelenksregion als Dreh - und Angelpunkt unserer Beweglichkeit!

Indikationen

Die Anlage eines PreCut Tape Hüfte hat sich z.B. bewährt bei:

- Tractus iiotibialis Syndrom (Läuferknie)
- Zerrungen der Glutealmuskulatur
- Bursitis trochanterica
- Hüftgelenksarthrose
- Muskulären Dysbalancen
- Postoperativer Rehabilitation
- Steigerung der sportlichen Leistungsfähigkeit

1

- Der Patient liegt auf der Seite. Entfernen Sie das Papier von Abschnitt 1 und dehnen sie das Tape auf beiden Seiten leicht. Legen Sie es über dem Trochanter major an.
- Reiben Sie nun leicht über das Tape, um den Kleber zu aktivieren.

2

- In Seitenlage legen Sie das Bein bei gebeugtem Knie- und Hüftgelenk entspannt vor den Körper des Patienten.
- Beginnen Sie das Papier vom unteren Anteil des Abschnittes 2 abzuziehen und legen Sie diesen Anteil in einem leichten Bogen ohne jeden Zug in Richtung Sacrum an.

3

- In der gleichen Position des Patienten entfernen Sie das Papier vom oberen Anteil des Abschnittes 2 und legen Sie diesen Anteil ebenfalls im leichten Bogen in Richtung unterer Lendenwirbelsäule an.

4

- Nun wird das Bein des Patienten möglichst weit im Hüftgelenk gestreckt und hinter das untere Bein abgelegt.
- Beginnen Sie, das Papier von Abschnitt 3 zu entfernen und legen Sie das Tape ohne Zug komplett an der Außenseite des Oberschenkels an.

5

- Nach beendeter Anlage reiben Sie leicht über das Tape, um den Kleber zu aktivieren