

Применение методики кинезиотейпирования Kinesio Taping® в спортивной медицине и ортопедии (на примере повреждения передней крестообразной связки).



Автор работы: Касаткин М.С.

Врач по спортивной медицине и реабилитации.

Сертифицированный инструктор Международной Ассоциации Кинезиотейпирования.

История создания метода: за последнее время статистика травм во время проведения спортивных мероприятий указывает на то, что большую часть из них составляют травмы костно-мышечной и связочно-сухожильных систем. Учитывая это, все большее количество врачей сборных команд начинает активно использовать метод кинезиотейпирования Kinesio Taping® в своей повседневной профессиональной практике.

Данная методика была предложена японским специалистом Кензо Касе в 1973 году. Свое массовое распространение и международное признание этот уникальный метод получил после Олимпийских Игр в 1988 году в Сеуле.

В основу метода была положена реакция мышц, связочно-сухожильного аппарата и фасций на аппликацию специально разработанного тейпа. Кинезиотейпы представляют собой эластичные клейкие ленты, выполненные из 100% хлопка и покрытые гипоаллергенным клеящим слоем на акриловой основе, который активизируется при температуре тела. Эластичность тейпов позволяет растягивать их на 60-80% от своей первоначальной длины. По толщине и эластичности они приближены к свойствам человеческой кожи (эпидермису). Хлопковая основа тейпов способствует более лучшему испарению и дыханию кожи, а также быстрому высыханию тейпа, что дает возможность использовать его так же в водных видах спорта.

В основе основного лечебного воздействия кинезиотейпов лежат следующие эффекты: активация микроциркуляции в коже и подкожной клетчатке, уменьшение болевого синдрома поврежденного участка за счет оптимизации лимфодренажа данного региона, восстановление функциональной активности мышц, нормализация функции суставов и эластических свойств фасций, а так же предположительно сегментарное влияние на внутренние органы. Целью данных эффектов является создание благоприятных условий для нормализации адекватных физиологических процессов в поврежденных тканях.

Учитывая приведенные выше результаты воздействия, метод кинезиотейпирования стал основой для проведенного исследования.

Цель исследования заключалась в стабилизации коленного сустава после перенесенной травмы передней крестообразной связки, посредством наложения связочной корригирующей аппликации кинезиотейпа Kinesio Tex®.

В виде диагностического метода были взяты основные принципы прикладной кинезиологии, а именно мануально-мышечное тестирование (ММТ) и его последующая интерпретация.

Наиболее яркий эффект применения методики имел место в следующем клиническом примере:

Алексей С., участник сборной команды Москвы по алтимат фрисби (популярная и известная командная игра с летающим диском) получил травму крестообразной связки левого коленного сустава, вследствие удара о металлическое ограждение. В результате полученного повреждения наблюдалась резкая болезненность и отек в области поражения, а так же нарушение физиологического объема движения в суставе. В первые 3 дня, помимо стандартной консервативной терапии, применялась лимфодренажная коррекция методом кинезиотейпирования Kinesio Taping®. В течение следующих 4 дней были применены послабляющие корригирующие аппликации.



Через 7 дней после получения травмы было проведено нижеприведенное исследование.

На начальном этапе исследования помимо стандартной пальпации и тестов, так же было проведено ММТ основных групп мышц, отвечающих за стабилизацию и работу коленного сустава. За индикатор состояния коленного сустава была взята подколенная мышца. Итог ММТ до кинезиотейпирования заключался в гипотонии мышц и снижении стрейч-рефлекса.

Заключительный этап исследования показал, что аппликация кинезиотейпа Kinesio Tex®, наложенная в виде связочной коррекции в проекции хода передней крестообразной связки, а так же медиальной и латеральной коллатеральных связок повлияла на результаты ММТ.



Так, выбранный индикатор - подколенная мышца - восстановила активность рефлекса на растяжение, как и мышцы, зоны прикрепления которых, оканчиваются в области коленного сустава. Восстановление произошло в течение 15 минут после наложения аппликации. Немаловажным аспектом является и тот факт, что пациенты субъективно стали ощущать большую стабильность в поврежденном суставе и значительно меньшую болезненность при движении.

Вышеприведенные результаты исследования позволяют говорить о высокой эффективности использования метода кинезиотейпирования Kinesio Taping® как в спортивной медицине, так и в ортопедии.

Школа кинезиотейпирования "Kinesio Course"