

Схема тейпирования коленного сустава:¹



- Обезжирить кожу в местах тейпирования
- Согнуть коленный сустав на 90°
- Тейп разделить пополам в нижней части
- Наклеить без натяжения неразрезанную часть тейпа от середины передней поверхности бедра по направлению к колену
- Свободными краями разрезанной части тейпа обогнуть коленный сустав с обеих сторон с натяжением 50% и зафиксировать снизу, формируя букву «О»
- По нижней поверхности надколенника наложить фиксирующий тейп по кругу с натяжением 25% по передней поверхности и без натяжения в подколенной ямке.

Источники:

1. Шпехт М. В., Пирогова Л. А. Алгоритм медицинской реабилитации пациентов после пластики передней крестообразной связки. Журнал Гродненского государственного медицинского университета. 2021; 19(6): 629-635.