

# WERKBESCHRIJVING HOOIKOORTSTAPE:

## EERSTE TAPE OVER DE DORSALE LONGZONE:

Knip een X-tape van de 5 cm of 7,5 cm brede rol, afgemeten in de gestrekte houding vanaf de bovenrand van de spina scapula, over de processi spinosi, tot de angelus inferior van de scapula.

## DE TAPE ZONDER REK AANBRENGEN.

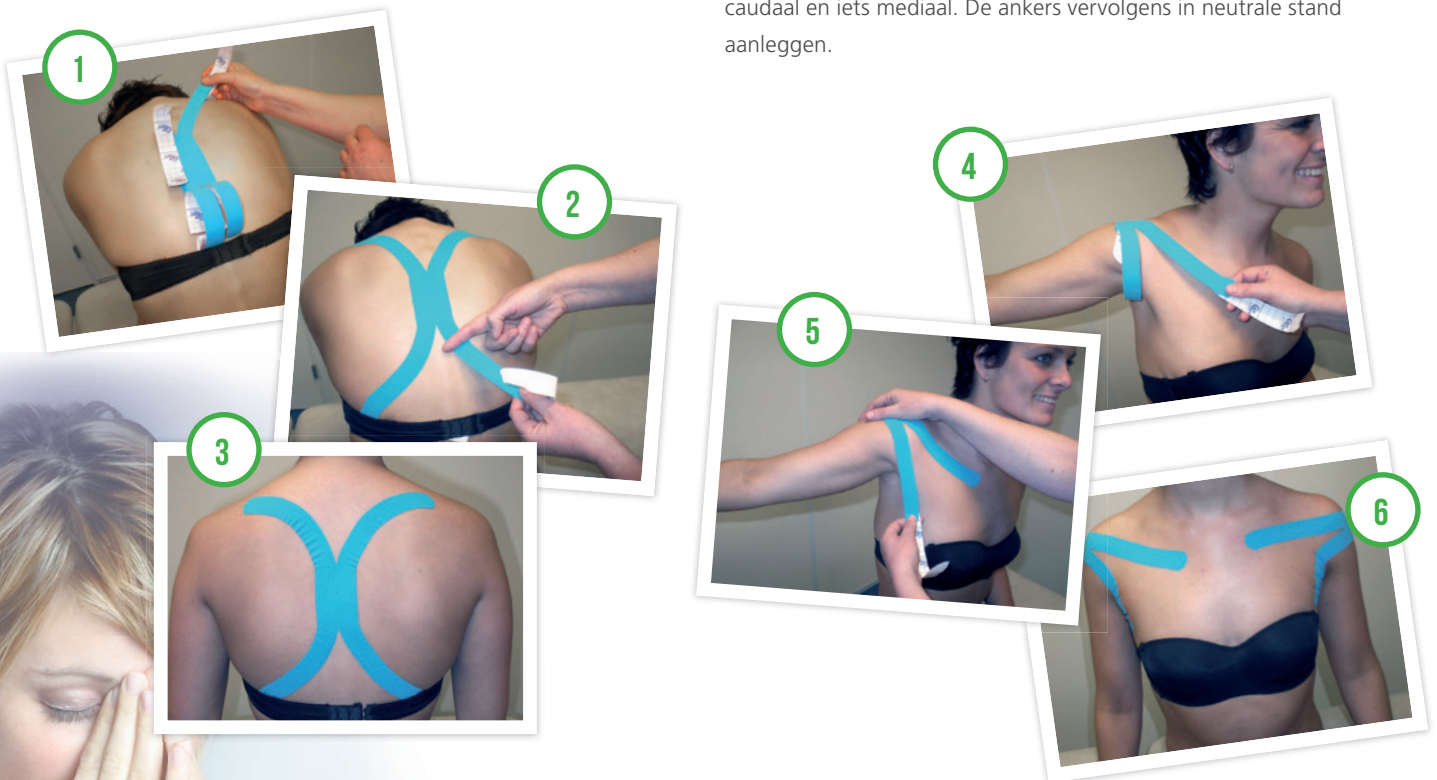
De huid wordt op rek gebracht door flexie van de wervelkolom en door de schoudergordel in protractie te brengen door de armen voorlangs te kruisen. Het middenpunt van de X-tape wordt ter hoogte van de processi spinosi Th6-Th8 gelegd. Daarna worden de bovenste werkende stroken links en rechts craniaal van de spina scapula gelegd, de onderste werkende stroken worden links en rechts caudaal van de angulus inferior scapulae gelegd. De vier ankers vervolgens in neutrale positie (zonder rek) aanleggen.

## AANLEGGEN TWEEDE TAPE VOOR

### DE HULPADEMHALINGSSPIER: MM. PECTORALII:

Bij chronische longproblemen is de M. Pectoralis major vaak hypertoon. Dus een ontspannende tape aanbrengen geeft verlichting.

Knip 2 Y-tapes van 5 cm breed afgemeten in gerekte houding vanaf de bovenzijde van de humerus langs de clavicula naar het sternum. Deze spiertape zonder rek aanbrengen. De basis van de tape in neutrale positie op de humeruskop leggen, daarna de huid op rek brengen door abductie en exorotatie van de arm en retractie van de schoudergordel. Daarna wordt de bovenste werkende strook caudaal van de clavicula naar het sternum gelegd en de onderste werkende strook langs de spierbuik naar caudaal en iets mediaal. De ankers vervolgens in neutrale stand aanleggen.



## TAPE ADVIES UIT DE PRAKTIJK.

De rugtape zou voldoende moeten zijn voor vermindering van hooikoortsklachten. Eén keer per week aanbrengen, voor de duur van twee weken. Bij cliënten die na de eerste behandeling geen verbetering tonen, is het advies bij de tweede behandeling ook de pectoralis major te tapen.

Bij cliënten met astma, benauwdheid en COPD naast de rugtape direct de pectoralis major tapen. Indien de cliënt vier weken na start van de behandeling nog niet helemaal tevreden is over het resultaat kan een derde keer getapet worden. In de praktijk komt dit echter niet vaak voor.