

Verbandart: 2 Entlastungsverbände (Variante A und B) für das Ligamentum patellae (Patellaspitzensyndrom/Jumper's knee bzw. Runner's knee)

Patellaspitzen-Korrektur

Funktion des Verbandes:

Entlastungsverband für das Ligamentum patellae bei Patellaspitzensyndrom

Indikationen:

- Patellaspitzensyndrom/Jumper's knee

Kontraindikationen:

- Ödeme oder Hämatome am Knie
- entzündliche Prozesse – Varizen (Krampfadern)
- komplette Bandruptur

Material:

- *Fixomull Stretch, Leukotape classic* (2 cm oder 3,75 cm)

Sonstige Hinweise:

- Applikation auch im Stehen möglich

Liegedauer/Kontrolle:

ca. 1 Woche, Kontrolle nach ca. 2 Tagen

Variante A:



Abb. 1: Ausgangsstellung: Rückenlage, Knie in Entspannung.

Zirkulärer Unterzug mit *Fixomull®* Stretch.



Abb. 2: Anlegen des ersten semizirkulären Therapiezügels mit 2 cm breitem Tape – mit kräftigem Druck fokussiert auf den Apex patellae. Links und rechts auslaufen lassen.



Abb. 3: Fertiger erster Therapiezügel.



Abb. 4: Anlegen des zweiten Therapiezügels: analog zum ersten Therapiezügel und um 1 cm nach distal versetzt.



Abb. 5: Analoge Anlage des dritten Therapiezügels wieder um ca. 1 cm nach distal versetzt.



Abb. 6: Fertiger Patellaspitzenverband von lateral.

Variante B:



Abb. 7: Fertiger Patellaspitzenverband von ventral.



Abb. 1: Ausgangsstellung: Rückenlage, Knie in Entspannung. Tape-Verband zur Medialisierung der Patella. Unterzug *Fixomull®* Stretch zirkulär.



Abb. 2: Anlegen eines ca. 20 cm langen ersten Therapiezügels von lateralen zum ventralen Patellarand. Den Therapiezügel noch nicht mit der Patella verkleben.



Abb. 3: Analog wird von medial der zweite Therapiezügel von ca. 10–15 cm Länge zum medialen Patellarand angelegt.



Abb. 4: Über der Patellamitte wird der kurze mediale Therapiezügel mit dem langen lateralen Therapiezügel zusammengeklebt.



Abb. 5: Nun wird die Patella nach ventral angehoben und mit mäßigem bis kräftigem Zug nach medial fixiert.



Abb. 6: Fertiger Verband.