

## Vorwort

Der Funktionelle Verband schafft oder erhält das physiologische Gleichgewicht zwischen Stabilität und Mobilität. Er schützt und stützt sowohl passiv als auch aktiv und entlastet selektiv die gefährdeten oder verletzten Anteile einer Funktionseinheit. Er erlaubt die funktionelle Belastung, verhindert extreme Bewegungen und unterstützt die Ausheilung. Mit dem Tapen als Verbandstechnik steht somit eine wunderbare Methode zur Verfügung, präventiv und therapeutisch auf Verletzungen des Bewegungsapparates einzuwirken.

Dieses reich illustrierte Lehr- und Übungsbuch beschreibt schwerpunktmäßig die wichtigsten Funktionellen Verbände am Bewegungsapparat für die Therapie und Nachsorge von Sportverletzungen und Sportschäden. Viele im Buch gezeigten Tapeanlagen dienen zudem der Verletzungsprävention, über deren Wirksamkeit es in der praktischen Sportmedizin keinen Zweifel mehr gibt. Alle dargestellten Tapeanlagen haben sich in den unterschiedlichen Sportarten in der Praxis vielfach bewährt.

Voraussetzung für den Erfolg des Tapens ist zum einen die indikationsgerechte Anwendung, zum anderen das korrekte Anlegen des Tapeverbandes. Dieses erlernt man nicht nur durch das Lesen eines Buches, sondern vor allem durch wiederholtes Üben und das Sammeln von Erfahrungen im Umgang mit dem Tapematerial.

Dieses Buch mit seinen zahlreichen Abbildungen dient somit als Anleitung und Basis, um die verschiedenen Tapingtechniken korrekt zu erlernen. Besonderer Wert wurde dabei auf die detaillierte, bildliche Darstellung der einzelnen Phasen der Verbandstechnik gelegt.

»Richtig Tapen« richtet sich an alle in der Sportmedizin tätigen und daran interessierten Personen, die durch ihren täglichen Einsatz Einfluss auf den Gesundheitszustand der Sportler nehmen, wie Physiotherapeuten, Ärzte, Trainer, Masseur, Sportwissenschaftler und Sportlehrer. Zudem ist es allen Sportlern gewidmet.

Klaus Eder, Hauke Mommsen