

# Langendoen J. / Sertel K. Taping

Leseprobe

[Taping](#)

von [Langendoen J. / Sertel K.](#)

Herausgeber: MVS Medizinverlage Stuttgart



<https://www.narayana-verlag.de/b22480>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email [info@narayana-verlag.de](mailto:info@narayana-verlag.de)

<https://www.narayana-verlag.de>



## Stichwortverzeichnis

3-Zack 26  
4er-Tentakel 26

### A

Achillessehne 34  
Aktivieren 29  
Anlegen 27  
Arminie 22  
Armschmerzen 84  
Arthrose  
– Daumensattelgelenk 64  
– Kniegelenk 40  
Aufkleben 29  
Aufrichtung 56, 60

### B

Basis 29  
Bauchlinien 22  
Becken 56  
Beckenaufrichtung 56  
Behaarung 25  
Beschwerdebilder 8  
Brachialis-Nerv 84  
Brustwirbelsäule 60, 78  
Bücken 50

### D

Daumen  
– Verstauchung 62  
Daumenarthrose 64  
Daumengrundgelenk 62  
Daumensattelgelenk 64

### E

Einstieg Taping 24  
Ellenbogen 66

### F

Farben 26  
Faszien 20  
Faszienforschung 21  
Faszientape 58  
Feuchtigkeit 25  
Finger 84  
Formen 25  
Fuß  
– umgeknickter 32

### G

Gegenanzeigen 28  
Geschichte 17  
Golgi-Rezeptoren 19

### H

Hals 86  
Halswirbelsäule 80, 86  
Hohlkreuz 56, 58  
Hüftschmerzen 44

### I

I-Form 25  
Ischias-Nerv 48  
Ischias-Schmerzen 48  
Ischiocrurale Muskeln 46  
Ischios 46

### K

Kapuzenmuskel 74, 78  
Karpaltunnelsyndrom 68  
Karpuskeln 90  
Kinesio-Taping 18  
Kleben 29  
Knie 36  
Kniearthrose 40  
Knie, Innendrehung 40  
Kniescheibe 40  
Knieschmerzen 40, 44  
Knöchel  
– umgeknickter 32  
Knöchel, Verstauchung 32  
Kontraindikationen 28  
Kontrolle 29  
Kopfbeugen 80  
Kopf- und Armschmerzen 86  
Kopfwenden 80  
Kreuzschmerz beim Beugen 50  
Kreuzschmerz bei schräger  
Bewegung 52

### L

Länge 28  
Lendenwirbelsäule 50, 52, 56  
Lymptape 92

### M

Material 24  
Mechanorezeptoren 19  
Medianus 68  
Mittelarmnerv 68  
Muskeln 18  
Muskelüberlastung 18  
Myofasziale Linien 22

### N

Nacken 74  
Nackenschmerzen 82  
Nackenverspannung 74, 82  
Nebenwirkungen 16  
Nerven 19  
Nervenreizung 84  
Netzwerk 21  
Neurodynamik 19

### O

Oberarm 70  
Oberschenkel 36, 42, 44

### P

Pacini-Rezeptoren 19  
Produkte 24  
Propriozeption 19

### Q

Quadrizeps 38  
Qualität 24

### R

Raphe-Kerne 19  
Rippe, erste 82  
Rotatoren-Manschette 70, 72  
Rückenfaszie 52, 58  
Rückenlinien 22  
Rundrücken 60

### S

Schienbein 36  
Schmerzrezeptoren 21  
Schneidersitzmuskel 42  
Schulterschmerzen 70, 78  
Schwellung 17, 27, 92  
Seitlinie 22

Selbstwahrnehmung 19  
Senkfuß 36  
Smartphone-Daumen 62  
Spannungsregulierung 22  
Spirallinie 22  
Sprunggelenk 32

**T**

Tape  
– Anlegen 29  
– Basis 27  
– Beschwerdebilder 8  
– Ecken runden 29  
– Entfernen 25  
– Form 25

– Kleben 29  
– Material 24  
Tape-Länge 28  
Tape-Marken 25  
Tape-Zug 26  
Tennisarm 66  
Tensegrity-Modell 20

**U**

Unterarmstrecker 66  
Unterschenkeldrehung 36

**V**

Verstauchung Knöchel 32

**W**

Wadenkrämpfe 34  
Wasser 25

**X**

X-Beine 42, 44  
X-Form 26

**Y**

Y-Form 26

**Z**

Zähneknirschen 90  
Zugstärke 27

## Liebe Leserin, lieber Leser,

hat Ihnen dieses Buch weitergeholfen? Für Anregungen, Kritik, aber auch für Lob sind wir offen. So können wir in Zukunft noch besser auf Ihre Wünsche eingehen. Schreiben Sie uns, denn Ihre Meinung zählt!

Ihr TRIAS Verlag

E-Mail Leserservice  
kundenservice@trias-verlag.de

Lektorat TRIAS Verlag  
Postfach 30 05 04  
70445 Stuttgart  
Fax: 0711 89 31-748



Langendoen J. / Sertel K.

## Taping

30 Supertapes gegen Muskel-, Nerven- und Faszien-schmerzen

96 Seiten, paperback  
erschienen 2017



**bestellen**

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise

[www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)