

OSG Tape: Peroneus und Z-Zügel

Lagerung: Patient sitzt oder liegt auf Rücken. Fuss 45°

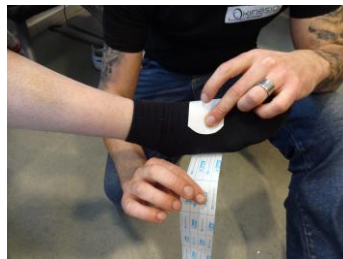
Abmessen: von Schienbeinkopf über Fersen, Malleolus (Knöchel) bis Fusstrücken.

Anlegen: Anker an Schienbeinkopf befestigen. Fuss in entspannter Position. Fuss jetzt in 45° bringen und Tape ohne Zug bis zum Fersen anlegen. Dann über Malleolus bis Fusstrücken auslaufen lassen.



Z-Zügel:

Abmessen: Fusstrücken beginnen (Arzt sagt welche Seite) um Fusssohle, hoch zu Malleolus medial (mittig) oder lateral (seitlich), bis zu anderen Malleolus.



Anlegen: Anker setzen, um Fusssohle. Mit Zug hoch bis zu Malleolen dann auslaufen lassen bis anderen Malleolus.

Korrekturtechnik:

Abmessen: über Ferse an beide Knöcheln hoch.

Anlegen: Tape mittig öffnen und unten an Ferse mit maximalem Zug andrücken und nach oben zu den Knöcheln beidseits auslaufen lassen.



FERTIG! 😊