

## Achillessehne Tape

Lagerung: Patient liegt auf dem Bauch. Fuss über Bettkante hängen lassen.

Abmessen: Ferse bis oberes Drittel vom Unterschenkel.

Anlegen: An Ferse gut befestigen. Tape so fest spannen das Fuss **nicht** mit hochgezogen wird. Über Achillessehne spannen und anlegen. Bevor das Tape weiter geht, an der Achillessehne gut anreiben. Patient zieht Fuss zu sich und gleichzeitig Tape ohne Zug nach Muskelverlauf auslaufen lassen. Gut anreiben.



Scan mich!  
Online Video Anleitung



### zur Druckentlastung:

Abmessen: über Achillessehne rechts und links ca. 4cm seitwärts.  
Tape halbieren und in der Mitte 3-4 Mal einschneiden (2cm vor Rand stoppen).

Anlegen: Tape in der Mitte einreissen und das Tapepapier auf die Seiten wegklappen. Von unter her über die Achillessehnen mit leichtem seitlichem Druck ausfächern. (Siehe Abbildung unten)



FERTIG ! 😊