

## OSG-Tape: Peroneus und Z-Zügel

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

Abmessen: von Schienbeinkopf über Fersen, über seitliche Knöchel bis Fussrücken.

Anlegen: Fuss in entspannter Position. An Schienbeinkopf befestigen. Fuss jetzt in 45° bringen und Tape ohne Zug bis zur Ferse anlegen. Dann über seitliche Knöchel bis Fussrücken auslaufen lassen.



### Z-Zügel:

Abmessen: Am Fussrücken beginnen (Arzt sagt welche Seite) um Fusssohle, hoch um beide seitlichen Knöcheln. (siehe Abbildung unten)

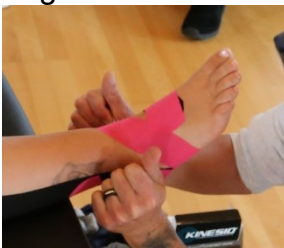


Anlegen: Starten auf Fussrücken dann zur Fusssohle. Mit Zug hoch bis zum Knöchel dann auslaufen lassen bis zum anderen Knöchel.

### Korrekturtechnik:

Abmessen: über Ferse an beide Knöcheln hoch.

Anlegen: Tape mittig öffnen und unten an Ferse mit maximalem Zug andrücken bis unter den Knöcheln. Dann ohne Zug über die Knöchel auslaufen lassen.



FERTIG! 😊

Scan mich!  
Online Video Anleitung

