

# Inhalt

- Widmung 5
- Vorwort 6
- Autorenvorstellung 12

## Teil 1 Grundlagen

### 1 **Taping für Heilpraktiker – ein kurzer Überblick** 14

- 1.1 **Begriff des Tappings** 14
- 1.2 **Einsatzmöglichkeiten** 15
- 1.3 **Vorteile des Tappings** 15
- 1.4 **Indikationen und Kontraindikationen** 15
  - 1.4.1 Indikationen 15
  - 1.4.2 Kontraindikationen 16

### 2 **Materialkunde** 18

- 2.1 **Verwendete Tapes** 18
  - 2.1.1 Klassisches Tape 18
  - 2.1.2 Elastisches Tape 18
  - 2.1.3 Gittertape 19
  - 2.1.4 Vergleich der Tapes 19
- 2.2 **Qualitäts- und Materialeigenschaften des Tapes** 20
  - 2.2.1 Faktoren für eine gute Qualität 21
  - 2.2.2 Materialeigenschaften und Zusammensetzung 21
  - 2.2.3 Dehnungsfähigkeit 22
- 2.3 **Farben und ihre Bedeutung** 23
  - 2.3.1 Unterteilung in akute und chronische Geschehen 23
  - 2.3.2 Zuordnung in der Akupunktur 24
  - 2.3.3 Weitere Farbzuordnungen 26
- 2.4 **Lagerung und Haltbarkeit des Tapes** 27
- 2.5 **Verträglichkeit des Tapes** 27
  - 2.5.1 Einflussfaktoren beim Taping 27
  - 2.5.2 Mögliche Nebenwirkungen 30

### 3 **Wirkungsweise des Tapes** 31

- 3.1 **Wirkung auf einzelne Gewebeschichten** 31
- 3.2 **Wirkung auf die Muskulatur** 32
- 3.3 **Wirkung auf Gelenke, Bänder und Sehnen** 33
  - 3.3.1 Gelenke und Bänder 33
  - 3.3.2 Sehnen 33
- 3.4 **Wirkung auf den Lymphfluss** 34
  - 3.4.1 Ursachen von Lymphstau 38
  - 3.4.2 Befundung von Ödemen 38
  - 3.4.3 Lymph tapes 38
- 3.5 **Studien zur Wirkung der Tapes** 39

### 4 **Anwendung des Tapes** 41

- 4.1 **Applikation mit und ohne Zug** 41
  - 4.1.1 En-bloc-Anlage 41
  - 4.1.2 Anlegen der Basis mit und ohne Zug 42
- 4.2 **Applikationsformen** 42
  - 4.2.1 I-Tapes 43
  - 4.2.2 Y-Tapes 43
  - 4.2.3 Fächertapes 44
  - 4.2.4 Spiraltapes 45
  - 4.2.5 Gittertapes 45
  - 4.2.6 Kreuztape 46
  - 4.2.7 Tapes mit Druckapplikation 46
- 4.3 **Zubehör für die Anwendung** 50
- 4.4 **Anlegen des Tapes** 51
- 4.5 **Entfernen des Tapes** 51

## Teil 2 Praktische Anwendung

### 5 **Anlagetechniken** 54

- 5.1 **Muskeltechnik** 54
  - 5.1.1 Anlage eines I-Tapes mit der Muskeltechnik 55
  - 5.1.2 Anlage eines Y-Tapes mit der Muskeltechnik 56

- 5.2 **Ligamenttechnik** 57
  - 5.2.1 Anlage eines I-Tapes mithilfe der Ligamenttechnik 57
  - 5.2.2 Anlage eines Y-Tapes mithilfe der Ligamenttechnik 60
- 5.3 **Korrekturtechnik** 61
  - 5.3.1 Anlage eines I-Tapes mithilfe der Korrekturtechnik 61
  - 5.3.2 Anlage eines Y-Tapes mithilfe der Korrekturtechnik 62
- 5.4 **Lymphtechnik** 63
  - 5.4.1 Anlage eines Fächertapes mithilfe der Lymphtechnik 64
- 5.5 **Weitere Anlagetechniken** 65
  - 5.5.1 Faszientechnik 65
  - 5.5.2 Neuraltechnik 67
- 5.6 **Übersicht über die Anlagetechniken** 69
- 6 Taping in der Akupunktur** 71
  - 6.1 **Einleitung** 71
    - 6.1.1 Mögliche Applikationsformen 72
    - 6.1.2 Diagnostische Leitkriterien (Ba Gang) 72
    - 6.1.3 Wirkungen des Tapes in der Akupunktur 74
  - 6.2 **Taping aus energetischer Sicht** 75
    - 6.2.1 Wirkprinzip von Yin und Yang 75
    - 6.2.2 Anlagetechniken 77
  - 6.3 **Taping nach den Wandlungsphasen** 82
    - 6.3.1 Hervorbringungszyklus 83
    - 6.3.2 Bezug zur Akupunktur 86
    - 6.3.3 Kontrollzyklus 87
- 7 Taping von Akupunkturpunkten** 90
  - 7.1 **Leitfaden zur Applikation auf Akupunkturpunkten** 91
    - 7.1.1 Leitfaden zum Behandlungsaufbau 92
    - 7.1.2 Beispiele für den Behandlungsaufbau 92
  - 7.2 **Druck- und Tapeapplikation an ausgewählten Akupunkturpunkten** 96
    - 7.2.1 Xi-Punkt des Perikards (Pe 4) 96
    - 7.2.2 Mu-Alarmpunkt der Lunge (Lu 1) 97
    - 7.2.3 Yuan-Punkt des Herzes (He 7) 99
    - 7.2.4 Luo-Punkt der Lunge (Lu 7) 100
    - 7.2.5 Rücken-Shu-Punkt der Niere (Bl 23) und des Magens (Bl 21) 100
    - 7.2.6 Unterer He-Punkt der Gallenblase (Gb 34) 104
    - 7.2.7 Antike Punkte der Nierenleitbahn 104
- 8 Meridian-Taping** 108
  - 8.1 **Einleitung** 108
  - 8.2 **Lungenleitbahn** 109
    - 8.2.1 Häufige Disharmoniemuster im Verlauf der Lungenleitbahn 109
    - 8.2.2 Tonisierende Applikation auf der Lungenleitbahn 110
    - 8.2.3 Sedierende Applikation auf der Lungenleitbahn 111
  - 8.3 **Dickdarmleitbahn** 113
    - 8.3.1 Häufige Disharmoniemuster im Verlauf der Dickdarmleitbahn 113
    - 8.3.2 Tonisierende Applikation auf der Dickdarmleitbahn 114
    - 8.3.3 Sedierende Applikation auf der Dickdarmleitbahn 115
  - 8.4 **Magenleitbahn** 116
    - 8.4.1 Häufige Disharmoniemuster im Verlauf der Magenleitbahn 118
    - 8.4.2 Tonisierende Applikation auf der Magenleitbahn 118
    - 8.4.3 Sedierende Applikation auf der Magenleitbahn 120
  - 8.5 **Milzleitbahn** 121
    - 8.5.1 Häufige Disharmoniemuster im Verlauf der Milzleitbahn 121
    - 8.5.2 Tonisierende Applikation auf der Milzleitbahn 122
    - 8.5.3 Sedierende Applikation auf der Milzleitbahn 123
  - 8.6 **Herzleitbahn** 123
    - 8.6.1 Häufige Disharmoniemuster im Verlauf der Herzleitbahn 124
    - 8.6.2 Tonisierende Applikation auf der Herzleitbahn 124
    - 8.6.3 Sedierende Applikation auf der Herzleitbahn 125
  - 8.7 **Dünndarmleitbahn** 125
    - 8.7.1 Häufige Disharmoniemuster im Verlauf der Dünndarmleitbahn 126
    - 8.7.2 Tonisierende Applikation auf der Dünndarmleitbahn 126
    - 8.7.3 Sedierende Applikation auf der Dünndarmleitbahn 127
  - 8.8 **Blasenleitbahn** 128
    - 8.8.1 Häufige Disharmoniemuster im Verlauf der Blasenleitbahn 128

- 8.8.2 Tonisierende Applikation auf der Blasenleitbahn 128
- 8.8.3 Sedierende Applikation auf der Blasenleitbahn 131
- 8.9 Nierenleitbahn 132**
- 8.9.1 Häufige Disharmoniemuster im Verlauf der Nierenleitbahn 133
- 8.9.2 Tonisierende Applikation auf der Nierenleitbahn 133
- 8.9.3 Sedierende Applikation auf der Nierenleitbahn 134
- 8.10 Perikardleitbahn 135**
- 8.10.1 Häufige Disharmoniemuster im Verlauf der Perikardleitbahn 135
- 8.10.2 Tonisierende Applikation auf der Perikardleitbahn 135
- 8.10.3 Sedierende Applikation auf der Perikardleitbahn 136
- 8.11 3-Erwärmerleitbahn (San Jiao) 137**
- 8.11.1 Häufige Disharmoniemuster im Verlauf der 3-Erwärmerleitbahn 137
- 8.11.2 Tonisierende Applikation auf der 3-Erwärmerleitbahn 138
- 8.11.3 Sedierende Applikation auf der 3-Erwärmerleitbahn 139
- 8.12 Gallenblasenleitbahn 140**
- 8.12.1 Häufige Disharmoniemuster im Verlauf der Gallenblasenleitbahn 140
- 8.12.2 Tonisierende Applikation auf der Gallenblasenleitbahn 141
- 8.12.3 Sedierende Applikation auf der Gallenblasenleitbahn 142
- 8.13 Leberleitbahn 143**
- 8.13.1 Häufige Disharmoniemuster im Verlauf der Leberleitbahn 144
- 8.13.2 Tonisierende Applikation auf der Leberleitbahn 144
- 8.13.3 Sedierende Applikation auf der Leberleitbahn 145
- 8.14 Konzeptionsgefäß Ren Mai 145**
- 8.14.1 Häufige Disharmoniemuster im Verlauf des Ren Mai 146
- 8.14.2 Tonisierende Applikation auf dem Ren Mai 146
- 8.14.3 Sedierende Applikation auf dem Ren Mai 147
- 8.15 Lenkergefäß Du Mai 148**
- 8.15.1 Häufige Disharmoniemuster im Verlauf des Du Mai 148
- 8.15.2 Tonisierende Applikation auf dem Du Mai 150
- 8.15.3 Sedierende Applikation auf dem Du Mai 151
- 9 Zang-Fu-Taping 152**
- 9.1 Einleitung 152**
- 9.2 Zang-Organ Lunge 155**
- 9.2.1 Zang-Organ Lunge und häufige Disharmoniemuster 155
- 9.2.2 Taping des Zang-Organ Lunge 155
- 9.3 Fu-Organ Dickdarm 156**
- 9.3.1 Fu-Organ Dickdarm und häufige Disharmoniemuster 156
- 9.3.2 Taping des Fu-Organ Dickdarm 157
- 9.4 Fu-Organ Magen 157**
- 9.4.1 Fu-Organ Magen und häufige Disharmoniemuster 157
- 9.4.2 Taping des Fu-Organ Magen 158
- 9.5 Zang-Organ Milz 159**
- 9.5.1 Zang-Organ Milz und häufige Disharmoniemuster 159
- 9.5.2 Taping des Zang-Organ Milz 159
- 9.6 Zang-Organ Herz 160**
- 9.6.1 Zang-Organ Herz und häufige Disharmoniemuster 160
- 9.6.2 Taping des Zang-Organ Herz 161
- 9.7 Fu-Organ Dünndarm 161**
- 9.7.1 Fu-Organ Dünndarm und häufige Disharmoniemuster 161
- 9.7.2 Taping des Fu-Organ Dünndarm 163
- 9.8 Fu-Organ Blase 163**
- 9.8.1 Fu-Organ Blase und häufige Disharmoniemuster 163
- 9.8.2 Taping des Fu-Organ Blase 163
- 9.9 Zang-Organ Niere 165**
- 9.9.1 Zang-Organ Niere und häufige Disharmoniemuster 165
- 9.9.2 Taping des Zang-Organ Niere 166
- 9.10 Zang-Organ Perikard 167**
- 9.10.1 Zang-Organ Perikard und häufige Disharmoniemuster 167
- 9.10.2 Taping des Zang-Organ Perikard 167

- 9.11 Fu-Organ 3-Erwärmer 168**
  - 9.11.1 Fu-Organ 3-Erwärmer und häufige Disharmoniemuster 168
  - 9.11.2 Taping des Fu-Organs 3-Erwärmer 169
- 9.12 Fu-Organ Gallenblase 169**
  - 9.12.1 Fu-Organ Gallenblase und häufige Disharmoniemuster 169
  - 9.12.2 Taping des Fu-Organs Gallenblase 171
- 9.13 Zang-Organ Leber 171**
  - 9.13.1 Zang-Organ Leber und häufige Disharmoniemuster 171
  - 9.13.2 Taping des Fu-Organs Leber 171
- 10 Taping in der Schmerztherapie 173**
  - 10.1 Einleitung 173**
    - 10.1.1 Grundlegendes zur Anwendung in der Schmerztherapie 173
    - 10.1.2 Beurteilung der Schmerzen 175
    - 10.1.3 Akuter Schmerz 175
    - 10.1.4 Chronischer Schmerz 175
  - 10.2 Behandlung verschiedener Schmerzerkrankungen 183**
    - 10.2.1 Spannungskopfschmerz 183
    - 10.2.2 Trigeminusneuralgie 186
    - 10.2.3 Tendovaginitis stenosans de Quervain 190
    - 10.2.4 Karpaltunnelsyndrom 192
    - 10.2.5 Epicondylitis humeri radialis 195
    - 10.2.6 Impingement-Syndrom 197
    - 10.2.7 Schmerzen im Bereich der Halswirbelsäule 200
    - 10.2.8 Schmerzen im Bereich der Brustwirbelsäule 205
    - 10.2.9 Schmerzen im Bereich der Lendenwirbelsäule 210
    - 10.2.10 Knieschmerzen 214
    - 10.2.11 Fersensporn 220
- 11 Sonderformen des Tappings 223**
  - 11.1 Organ-Taping 223**
    - 11.1.1 Einleitung 223
    - 11.1.2 Herz-Organ-Tape 226
    - 11.1.3 Lungen-Organ-Tape 227
    - 11.1.4 Magen-Organ-Tape 229
    - 11.1.5 Leber- und Gallenblasen-Organ-Tape 232
    - 11.1.6 Pankreas-Organ-Tape 234
    - 11.1.7 Dünndarm-Organ-Tape 236
    - 11.1.8 Dickdarm-Organ-Tape 239
    - 11.1.9 Nieren-Organ-Tape 241
    - 11.1.10 Harnblasen-Organ-Tape 243
    - 11.1.11 Uterus-Organ-Tape 245
    - 11.1.12 Prostata-Organ-Tape 247
    - 11.1.13 Zusammenfassung und Aussichten 248
  - 11.2 Dermatome-Taping 249**
    - 11.2.1 Einleitung 249
    - 11.2.2 Herz-Dermatom-Tape 253
    - 11.2.3 Ösophagus-Dermatom-Tape 254
    - 11.2.4 Zwerchfell-Dermatom-Tape 255
    - 11.2.5 Magen-Dermatom-Tape 255
    - 11.2.6 Leber- und Gallenblasen-Dermatom-Tape 256
    - 11.2.7 Dünndarm-Dermatom-Tape 257
    - 11.2.8 Dickdarm-Dermatom-Tape 258
    - 11.2.9 Harnblasen-Dermatom-Tape 258
    - 11.2.10 Nieren- und Hoden-Dermatom-Tape 258
    - 11.2.11 Zusammenfassung und Aussichten 259
  - 11.3 Segment-Taping 260**
    - 11.3.1 Einleitung 260
    - 11.3.2 Lungen-Segment-Tape 264
    - 11.3.3 Herz-Perikard-Segment-Tape 267
    - 11.3.4 Dickdarm-Rektum-Segment-Tape 268
    - 11.3.5 Hoden-Nebenhoden-Segment-Tape 269
    - 11.3.6 Zusammenfassung und Aussichten 269
- 12 Lymphtapes zur Schmerzreduktion 271**
  - 12.1 Einleitung 271**
    - 12.1.1 Lymphsystem 271
    - 12.1.2 Grundlegendes zur Anwendung von Lymphtapes 273
    - 12.1.3 Anwendung 274
  - 12.2 Anlage der Lymphtapes 274**
    - 12.2.1 Lymphtape im Finger-, Hand- und Unterarmbereich 274
    - 12.2.2 Lymphtape an der Brust 278
    - 12.2.3 Lymphtape am Unterbauch 278
    - 12.2.4 Lymphtape im Fuß-, Unterschenkel- und Oberschenkelbereich 278
  - 12.3 Zusammenfassung und Aussichten 282**
- 13 Taping in der Narbenbehandlung 283**
  - 13.1 Einleitung 283**
    - 13.1.1 Mögliche Auswirkungen von Narben 283
    - 13.1.2 Grundlegendes zur Anwendung von Narbentapes 287

- 13.2 **Energetisches Narben-Taping** 290
    - 13.2.1 Fülle- und Leere-Narben 290
    - 13.2.2 Narben und Emotionen 291
    - 13.2.3 Tafefarben 292
    - 13.2.4 Applikationen und ihre Ausrichtung 292
  - 13.3 **Tapes bei verschiedenen Narbentypen** 294
    - 13.3.1 Narbentapes bei keloiden Narben 294
    - 13.3.2 Narbentapes bei hypertrophen Narben 297
    - 13.3.3 Narbentapes bei atrophen Narben 297
    - 13.3.4 Narbentapes bei Narben über Gelenken 297
    - 13.3.5 Narbentapes bei größeren Narben 299
    - 13.3.6 Narbentapes bei schlecht heilenden Narben 299
  - 13.4 **Druckapplikationen in Kombination mit Narbentapes** 300
    - 13.4.1 Tonisierende Druckapplikationen in Kombination mit einem Tape 300
    - 13.4.2 Sedierende Druckapplikationen in Kombination mit einem Tape 303
    - 13.4.3 Neutrale Druckapplikationen in Kombination mit einem Tape 303
  - 13.5 **Zusammenfassung und Aussichten** 304
- Teil 3 Anhang**
- 14 **Preiskalkulation** 306
  - 15 **Kopiervorlagen für den Patienten** 308
  - 16 **Tapeformen, Druckapplikationen und Anlagetechniken** 313
  - 17 **Tapeapplikationen bei westlichen Erkrankungen und Erkrankungen aus Sicht der TCM** 318
  - 18 **Bezugsadressen** 370
  - 19 **Literatur** 371
  - Sachverzeichnis** 375