

Profitieren Sie vom Zuschuss der DAK-Gesundheit

Spitzen-Sportler schwören auf Kinesio-Tapes an den Knien, am Hals oder Rücken. Aber auch bei alltäglichen Nacken- oder Schulterverspannungen können die bunten Streifen Wunder wirken. Deshalb beteiligt sich die DAK-Gesundheit an den Kosten für ein professionell geklebt Kinesio-Tape.

Voraussetzungen dafür:

Sie sind bei einem Physiotherapeuten mit einem Kassenrezept in Behandlung und er empfiehlt das Taping als Therapieunterstützung.

Ihr Physiotherapeut besitzt eine Zusatzqualifikation für die Anwendung des kinesiologischen Tapes (als Nachweis reicht eine Bestätigung auf der Quittung).

So erhalten Sie den Zuschuss

Nachdem Sie die Behandlung zunächst selbst bezahlt haben, senden Sie der DAK die Quittung für Ihr Kinesio-Taping per Post. Nach einer entsprechenden Prüfung erstatten wir Ihnen dann bis zu 30 Euro jährlich für die Behandlung mit einem Kinesio-Tape.

Was ist ein Kinesio-Tape?

Das Kinesio-Tape besteht aus einem elastischen Material und soll bei Muskel- oder Gelenkbeschwerden und Sportverletzungen helfen. Im Gegensatz zum klassischen Sporttape, welches die betroffene Stelle fixiert und damit in der Bewegung stark einschränkt, bleibt beim Kinesio-Tape trotz Schmerzentlastung die Beweglichkeit der Muskulatur erhalten – und verhindert so ihre Rückbildung. Der Mediziner der DAK-Gesundheit Dr. Mark Dankhoff sagt: „Moderate Bewegung kann den Heilungsprozess oft besser unterstützen als absolute Ruhigstellung.“

Bei diesen Beschwerden kann ein Kinesio-Tape helfen:

- Rückenschmerzen inkl. Haltungsschwäche oder Fehlstellungen
- Muskelverletzungen oder –beschwerden wie Zerrungen, Verspannungen oder Faserrisse sowie Überlastungsschäden
- Schulterbeschwerden
- Gelenkbeschwerden oder –instabilitäten
- Sehnenbeschwerden
- Kopfschmerzen und Migräne

Wie wirkt das Kinesio-Tape?

Je nach Klebtechnik kann das Kinesio-Tape den Heilungsprozess unterstützen, indem es

- die Muskelspannung und –funktion positiv verändert
- die Gelenkfunktionen unterstützt
- auf das Schmerzzentrum einwirkt und so Schmerzen reduziert
- Entzündungsreaktionen mindert.