

«КИНЕКСИБ»

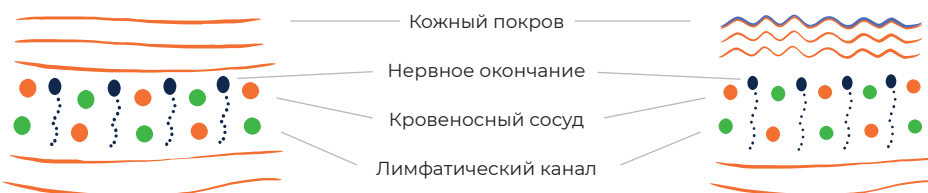
Кинезио тейп

Тейп — это эластичная лента на акриловой клеевой основе, незаменимая как при активном образе жизни, так и при занятиях профессиональным спортом.

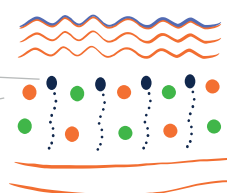
КАК ЭТО РАБОТАЕТ?

Тейп приподнимает кожу над мышцами и связками. Благодаря этому улучшается кровообращение и движение лимфы в области травмы. В результате исчезает боль, ликвидируется воспаление, снимается отечность, улучшаются мышечные функции — уставшие мышцы быстрее отдыхают, обеспечивается поддержка суставов.

До наложения



После наложения



СВОЙСТВА КИНЕЗИО-ТЕЙПА

- Поддерживает мышцы и связки
- Стабилизирует суставы
- Улучшает качество выполнения движения
- Заменяет и дополняет любые фиксаторы
- Улучшает микроциркуляцию крови
- Улучшает лимфодренаж
- Снижает давление на болевые рецепторы
- Ускоряет восстановление мышечных тканей
- Легко фиксируется прямо на коже
- Устойчив к влаге, можно использовать в воде
- Эластичен и незаметен под одеждой
- Держится до 5 дней

ПОДГОТОВКА К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ

Подробная инструкция на kinexib.ru

- 1 Наклеивайте на сухую и чистую кожу за 30 минут до начала физических нагрузок. При необходимости — предварительно удалите волосы в местах наклеивания.
- 2 Отрежьте ленту нужной длины и придайте ей форму в зависимости от характера применения.
- 3 Чтобы тейп лучше крепился к коже, концы ленты закруглите ножницами.
- 4 Никогда не натягивайте концы тейпа, длина которых равна 3-5 см от края.
- 5 Для удобства не удаляйте сразу бумажную подложку. Надорвите её с краю и, постепенно ее снимая, наклеивайте тейп.
- 6 После аппликации несколько раз прогладьте тейп рукой, разогревая. Чтобы тейп легче снимался, смочите его маслом или горячей водой.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Ушибы, растяжения, надрывы, воспаления мышц и сухожилий, вывихи, подвывихи, воспаления суставов, синдром «застывшего плеча», боли в мышцах и суставах, гематомы. Рекомендуется использовать при комплексном лечении заболеваний суставов.

ОБЩИЕ ПРАВИЛА НАЛОЖЕНИЯ

Тейп накладывайте без натяжения, если мышца перетружена («забита») или есть ушиб. В остальных случаях наклейте со слабым, средним или сильным натяжением. Во время аппликации тейпа надо максимально растянуть данную мышцу, а после расслабить.

При выполнении многослойных аппликаций первым наклеивается тот тейп, что реализует основной эффект, затем поддерживающие.

Для тонизирующего эффекта тейп клеится сверху вниз.

Для поддерживающего и расслабляющего эффекта — снизу вверх.

ПРОТИВПОКАЗАНИЯ

Местные заболевания и травмы кожи на области тейпирования; индивидуальная непереносимость компонентов сырья; онкологические заболевания и метастазирование.

KineXib®
КИНЕКСИБ

8 800 555-16-77

kinexibrussia
KinexibRU
kinexib_russia

kinexib.ru

ПЛОСКОСТОПИЕ



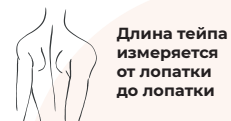
Длина тейпа измеряется по продольному своду стопы от пятки до основания пальцев.

1 Максимально потяните продольный свод стопы. Наложите первый край на пяточную область без натяжения.



3 Не расслабляя свод стопы, наложите рабочую поверхность тейпа. Это даст ему правильное натяжение.

СУТУЛОСТЬ



1 Выпрямите спину и максимально отведите лопатки назад.



В таком положении на спине между лопатками приклейте основную рабочую поверхность тейпа, разглаживая его рукой.

ТОЧКА БОЛИ НА ПРИМЕРЕ ПОЯСНИЦЫ



1 Максимально растянитесь в месте боли.



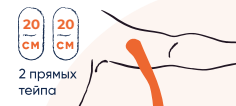
ОБЩАЯ ФИКСАЦИЯ КОЛЕННОГО СУСТАВА



1 Лягте на спину, согните ногу в колене. Возьмите короткий тейп. Его середину закрепите под коленом. Ведите края тейпа вверх, образуя форму подковы вокруг колена. Тейп клеится с большим (70%) натяжением. Края выведите чуть выше коленного сустава и клеите без натяжения.



ЛОКОТЬ



1 Край первого тейпа зафиксируйте без натяжения на внутренней поверхности плеча — посередине между плечом и локтем со средним (40%) натяжением.



ПРИ ПОВРЕЖДЕНИИ ЛУЧЕЗАПЯСТНОГО СУСТАВА



1 Прорежьте «окошко» в середине тейпа 60 см и проденьте через него средний палец.



Обратите внимание! От пальца до запястья тейп клеится со средним (10-40%) натяжением. Края клеятся без натяжения.

ТЕЙПИРОВАНИЕ ГОЛЕНОСТОПНОГО СУСТАВА



1 Центральную часть первого тейпа зафиксируйте без натяжения на пятке. Ведите рабочую поверхность без натяжения до щиколотки. Симметрично зафиксируйте края тейпа на травмированной поверхности голени края клеятся без натяжения.



Перед применением проконсультироваться со специалистом.

Цвет кинезио тейпа имеет только эстетическое значение.

Срок годности 3 года.

Хранить в сухом, защищённом от света месте.