

# Sielmann D. / Christiansen H. Medi-Taping: Schmerzfrei durch den Alltag

## Leseprobe

[Medi-Taping: Schmerzfrei durch den Alltag](#)

von [Sielmann D. / Christiansen H.](#)

Herausgeber: MVS Medizinverlage Stuttgart



<http://www.unimedica.de/b16364>

Sie finden bei [Unimedica](#) Bücher der innovativen Autoren [Brendan Brazier](#) und [Joel Fuhrmann](#) und [alles für gesunde Ernährung](#), [vegane Produkte](#) und [Superfoods](#).

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Unimedica im Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email [info@unimedica.de](mailto:info@unimedica.de)

<http://www.unimedica.de>





■ Vorwort	6	■ Schmerz und seine Wirkung auf den Energiefluss	33
<b>Was ist Medi-Taping?</b>		■ Das Skelett und seine Wirkung auf den Energiefluss	34
<b>Die Grundlage: Kinesio-Taping</b>	10	■ Auch Narben können den Energiefluss stören	36
<b>Die Weiterentwicklung: Medi-Taping</b>	12	■ E.P.M.T. – eine ganzheitliche Therapie	36
■ Methodik des Medi-Tapings	13	<b>Special:</b> Indikationen für das Medi-Taping	39
■ Der Aufbau des Medi-Tapes	13		
■ Wirkungsweise des Medi-Tapings	15	<b>Anwendungsbereiche des Medi-Tapings</b>	
<b>Special:</b> Medi-Taping bei Alltagsbeschwerden	22	<b>Prophylaktische Maßnahmen</b>	44
■ Allgemeine Handhabung beim Medi-Taping	24	■ Diaphragma-Tape	44
<b>Iliosakral- und Atlasgelenk – die zentralen Gelenke des Körpers</b>		■ Achilles-Tape	45
<b>Energetisch-physiologisches Medi-Taping (E.P.M.T.)</b>	27	■ Wirbelsäulen-Taping	45
■ »Organisch« gesund – trotzdem Schmerzen und Beschwerden?	29	■ Knie- und Kniegelenkserguss-Tape	46
■ Was den Fluss der Energie stören kann	30	■ Medi-Tapes für die Fingergelenke	46
	31	<b>Kopf- und Nackenbereich</b>	47
		<b>Special:</b> Nackenverspannungen	48
		■ HWS-Tape	50
		■ Scalenus-Tape	53



<b>Schulterbereich</b>	55	<b>Oberschenkelbereich</b>	90
<b>Special:</b> Schulterschmerzen	56	■ Oberschenkel-Adduktoren-Tape	90
<b>Das »Sielmann-Schulter-Tape«</b>	58	<b>Special:</b> Hüftgelenkbeschwerden	92
■ Pectoralis-Tape	58	■ Psoas-Tape	93
■ Supraspinatus-Tape	60	■ Hamstring-Tape	96
■ Triceps-Tape	62	■ Sartorius-Tape	98
<b>Bereich der Lendenwirbelsäule</b>	64	<b>Unterschenkelbereich</b>	100
<b>Special:</b> Rückenschmerzen	65	■ Achilles-Tape	101
■ LWS-Stern	67	■ Sprunggelenks-Tape	104
■ Gluteal-Tape	69	<b>Rumpfbereich</b>	106
<b>Ellenbogenbereich</b>	72	■ Diaphragma-Tape	106
■ Epicondylus-Tape	75	<b>Grenzen der Selbstbehandlung</b>	108
<b>Special:</b> Sehnenscheidenentzündung	76	<b>Ein Wort zum Schluss</b>	109
■ Ulnaris-Tape	77	<b>Die Firma »Schmerz und Tape GmbH«</b>	110
<b>Hand und Fingergelenke</b>	79	<b>Literatur</b>	111
■ Daumen- oder Sattelgelenks-Tape	80		
■ Medi-Taping der Fingergelenke	81		
<b>Kniegelenkbereich</b>	82		
<b>Special:</b> Kniegelenkbeschwerden	84		
■ Knie-Tape	86		
■ Kniegelenkserguss-Tape	88		



Sielmann D. / Christiansen H.

## Medi-Taping: Schmerzfrei durch den Alltag

Schnelle Hilfe bei muskel- und nervenbedingten Schmerzen

112 Seiten, kart.  
erschienen 2010



**bestellen**

Mehr Bücher zu gesund leben und gesunder Ernährung [www.unimedica.de](http://www.unimedica.de)