

## WIE FUNKTIONIEREN TAPING LOOPS?



### Taping Loops für Hallux valgus und Hammerzehen

Taping-Loops führen den biomechanischen Gedanken der Taping-Socks konsequent in den minimalistischen Bereich fort: Bestmögliche Korrektur bei minimaler Beeinträchtigung. Durch die einfache Handhabung sind sie somit für jedermann nutzbar.

Bei der Hallux valgus-Anlage wird der erste Zehenknochen sanft wieder in seine natürliche Position gezogen – in eine gerade Ausrichtung in Verlängerung des ersten Mittelfußknochens. Damit wird das Großzehengrundgelenk während des Abrollprozess des Fußes beim Gehen und Laufen wieder physiologisch belastet, wodurch der klassische Hallux valgus Schmerz reduziert werden kann.

Bei der einfachen oder doppelten Hammerzehen-Anlage werden die Zehenknochen der Zehen 2 bzw. 2 und 3 wieder nach unten gezogen. Dadurch kommt der Vorfuß mit besser vorgespannter Querwölbung in der Landephase des Schrittes auf dem Boden auf und kann seine Dämpfungswirkung damit besser entfalten. Die Belastung auf die Mittelfußköpfchen wird dadurch deutlich vermindert.

Neben diesen v.a. langfristig wirkenden funktionellen Verbesserungen verändern die Loops sofort die Position der Zehen und sorgen für ein ästhetisches Aussehen des Fußes. Durch die Auswahl der Stoffe von bunt bis dezent kann mit den Loops auch ein modischer Akzent gesetzt werden.

## Die Vorteile der Taping Loops

Selbstverständlich lässt sich der Therapieverlauf durch bestimmte Übungen, die regelmäßig ausgeführt werden, zusätzlich unterstützen und gegebenenfalls sogar beschleunigen. Mit unseren Loops können Sie Ihren Hallux valgus oder Ihre Hammerzehe zu jeder Zeit an jedem Ort behandeln. Und das ganz ohne Aufwand. Seien Sie mit Ihren Taping Loops Ihr eigener Therapeut!

- Aktiv gegen Hallux valgus und Hammerzehen:  
**Je nach Tragetechnik für beide Fehlstellungen geeignet!**
- Die Taping Loops können unter Socken oder auch barfuß getragen werden
- können sowohl rechts als auch links getragen werden
- Tragezeit = Therapiezeit: Bei der Arbeit, zu Hause oder nachts beim Schlafen
- Schnelles, einfaches Taping für jeden Tag
- Keine Hautirritationen durch latexfreies, hautfreundliches Material mit Öko-Tex-Zertifikat
- Waschbar, wiederverwendbar und hygienisch
- Wirken aktiv durch Zug für effektive Muskelveränderung

## Hallux valgus



## Tragezeit

Generell gilt: Lieber kürzer und dafür täglich tragen, als einen Tag sehr lange und dafür eine Woche gar nicht mehr. Haben Sie noch keine Erfahrungen mit unseren Loops, empfehlen wir Ihnen langsam zu starten. Es reichen bereits ein paar Minuten für den Anfang, denn die Muskulatur muss sich erst an die neue Beanspruchung gewöhnen. Je nachdem, wie es Ihnen danach geht, lässt sich die Tragezeit allmählich steigern.

- Tragen Sie das Taping-Loop zu Beginn nur etwa eine Stunde täglich
- Steigern Sie die Tragezeit über 1–2 Wochen auf 8 oder mehr Stunden pro Tag
- Geben Sie dem Gelenk und den umliegenden Strukturen Zeit, sich an die neue Position zu gewöhnen

## Wie legt man die Taping Loops richtig an?

Legen Sie das Taping-Loop mit der gummierten Seite auf die Haut.

- 1 Für die Hallux valgus-Anlage legen Sie die kleinere Schlaufe so um die Großzehe, dass sich die Bänder direkt seitlich hinter dem Ballen kreuzen. Achten Sie darauf, dass das Taping-Loop nicht zwischen 1. und 2. Zehe einschneidet.
- 2 Für die Hammerzehen-Anlage legen Sie die kleinere Schlaufe so um die 2 bzw. 2. und 3. Zehe, dass sich die Bänder unter dem Fußballen kreuzen. Achten Sie darauf, dass die Schlaufe des Taping-Loops soweit als möglich auf dem bzw. den Zehen nach hinten geschoben ist, um die gewünschte Korrektur zu erreichen.
- 3 Die große Schlaufe ziehen Sie hinter der Ferse hoch, dass sie nicht herunter rutschen kann.
- 4 Das Taping-Loop sollte leicht auf Spannung sein und die Großzehe nach innen bzw. die Kleinzehe(n) aus Ihrer Fehlstellung Richtung Boden ziehen.

## Hammerzehen



## Pflege

Sie können die Loops problemlos bei 30 Grad in der Waschmaschine waschen. Wir empfehlen, sie dafür in ein Wäschenetz zu legen. Bitte keinen Weichspüler benutzen und im Anschluss weder in den Trockner legen noch bügeln.

Neben dem hygienischen Aspekt sorgt das regelmäßige Waschen auch dafür, dass sich das Zugband wieder zusammenzieht und die Wirkung des Loops dauerhaft erhalten bleibt.

## Material

- 50 % Polyurethan
- 37 % Polyamid
- 13 % Elasthan



**Wir helfen**

RuckgaberBruggemann Orthopädie Service GmbH  
Roseckstraße 35  
72108 Rottenburg-Seebronn

Tel.: +49 7457 9497-0  
Fax: +49 7457 9497-35

rottenburg@schein.de  
www.schein.de