

## Poškodbe mišic

Prispeval Matic RomĀjak  
torek, 15 januar 2008  
Zadnja sprememba sredo, 16 januar 2008

Ob moji prvi udeležbi na svetovnem prvenstvu v IRONMAN triatlonu, leta 2003 me je ovirala tudi neprijetna poškodba stegenske mišice, (natrganine miši nih kon i ev in izliv krvi) zaradi katere skoraj nisem mogel te i. Takrat sem na novinarsko vprašanje; koliko pa te je med tekmo ovirala poškoda, odgovoril:

»Me je, ampak kljub vsemu ne toliko, da ne bi mogel dirkati. Bolj mi je sfižila zadnji mesec treninga, ko sem uval nogo. Sem imel pa sre o, da sem nekaj dni pred tekmo sre al Japonce, ki razvijajo alternativno zdravljenje poškodb z obliži in so mi polepili stegno z mentolovimi, glicerinskimi in nekimi xy obliži, ki pospešujejo prekrvavitev, grejejo mišico in nasploh... pomagajo. Meni so res!«

In veselo sem bil presene en, ko sem odkril, da KINESIO TEX obliže uvaža izolsko podjetje STAR 2000

Pa še o tehniki sami.

KINESIO TEX je tehnika, ki temelji na naravni sposobnosti "samoozdravitve". U inkovitost tehnike se kaže preko sprememb v nevrološkem in cirkulatornem sistemu. Korenine te metode temeljijo na "kineoloških" znanostih - od tu izvira ime. Mišice niso odgovorne le za gibanje telesa, ampak tudi za uravnavanje venskega in limfnega sistema, pa tudi za vzdrževanje telesne temperature, itd. Nepravilnosti v delovanju mišic lahko torej privedejo do razli nih težav.

Kinesio Co. Ltd. je zaradi navedenega preu evanju miši ne dejavnosti namenil izjemno pozornost in tako je nastala ideja, da bi preko zdravljenja mišic vzpodbudili naravne samoozdravitvene procese v našem telesu. Ugotovili so, da je mogo e mišicam in drugim tkivom pomagati od zunaj, in to s pomo jo posebnih trakov, kar je ustvarilo popolnoma nov pristop k obdelavi živcev, mišic in organov.