



WIRTUALNI TERAPEUCI

AKADEMIA MASAŻU I KOSMETOLOGII KOMPLEMENTARNEJ

FACE TAPING ONLINE

MODUŁ IV

Część praktyczna Zniwelowanie rotacji głową .

OPRACOWAŁ PRZEMYSŁAW KAROLKIEWICZ

LEKCJA 2

ZNIWELOWANIE ROTACJI GŁOWY

Nasza modelka boryka się też z nieświadomą rotacją głowy w lewo. By to się nie pogłębiało, a wręcz żeby ten problem zwalczyć sięgniemy po aplikację tejpą. Co powinniśmy zrobić?

Na początku musimy zdiagnozować, które mięśnie powodują nam taki problem. Przede wszystkim gdy głowa jest w rotacji przyczynia się do tego mięsień MOS, mięsień pochyły, to one w głównej mierze mogą być niewydolne.

W przypadku naszej modelki strona prawa jest słabsza, więc mięśnie po stronie lewej przejmują ich zadania. Żeby nad tym popracować aplikujemy taśmę po prawej stronie na słabsze mięśnie. W tym celu pogłębiamy wadę, czyli odwracamy głowę lekko w lewo i pochylamy zbliżając ucho do barku. W takim ułożeniu mierzymy tejpą, odpowiednio skracając jego długość, żeby zastosować naciągnięcie.

Bazą będzie dla nas wyrostek barkowy, tutaj zaczynamy aplikację taśmy, stosujemy mocniejszy naciąg około 50% i kończymy aplikację na wyrostku sutkowatym. Jeżeli powstały fałdki na taśmie, to pamiętajmy że to wynik dobrej aplikacji tejpą.

LEKCJA 2

ZNIWELOWANIE ROTACJI GŁOWY

Mimo iż wada jest w jedną stronę, to aplikujemy również taśmę po drugiej stronie. Może się okazać, że wywołamy zbyt duże napięcie po stronie zaaplikowanego tejpą i musimy to zbalansować aplikacją na drugą stronę.

Aplikację wykonujemy na takiej samej części naszych mięśni, wychodząc od wyrostka barkowego, rotując i pochylając głowę pacjenta w mniejszym już stopniu i stosując dużo mniejsze naciągnięcie ok. 25%, by działać w kierunku tonizacji, niż pracy na tym mięśniu.