

# Obsah

Předmluva . . . . .	9
Úvod . . . . .	10
<b>1 Zopakování technik tejpování . . . . .</b>	<b>11</b>
1.1 Indikace tejpování . . . . .	12
1.2 Relativní kontraindikace tejpování . . . . .	12
1.3 Základy aplikace . . . . .	14
1.4 Výběr tvaru tejpů . . . . .	15
1.5 Rekapitulace technik tejpování . . . . .	17
1.5.1 Základní techniky . . . . .	17
1.5.2 Mechanická korekce . . . . .	18
1.5.3 Fasciální korekce . . . . .	19
1.5.4 Prostorová korekce . . . . .	19
1.5.5 Vazivová/šlachová korekce . . . . .	20
1.5.6 Funkční korekce . . . . .	21
1.5.7 Lymfatická korekce . . . . .	21
1.6 Klinické aplikace . . . . .	22
1.6.1 Impingement syndrom (spolupráce: R. Válka). . . . .	23
1.6.2 Whiplash Injury (spolupráce: R. Válka) . . . . .	25
1.6.3 Chondromalacie pately (spolupráce: R. Válka). . . . .	27
1.7 Pokročilé techniky tejpování . . . . .	29
1.7.1 Fasciální korekce „manual glide“ . . . . .	30
1.7.2 Lymfatická korekce „basket weave“ . . . . .	31
<b>2 Teoretické poznatky o lymfatickém systému . . . . .</b>	<b>33</b>
2.1 Stavební komponenty lymfatického systému . . . . .	33
2.1.1 Lymfatické cévy (vasa lymphatica) . . . . .	34
2.1.2 Lymfatické uzliny (nodi lymphatici) . . . . .	38
2.1.3 Ostatní lymfatické orgány . . . . .	40
2.1.4 Lymfa – míza . . . . .	41
2.2 Fyziologie látkové výměny mezi intersticiem a terminálními cévami . . . . .	43
2.2.1 Tvorba tkáňového moku . . . . .	43
2.2.2 Starlingova rovnováha . . . . .	44
2.3 Anatomie lymfatického systému . . . . .	44
2.3.1 Hlavní mízní kmene . . . . .	44
2.3.2 Povrchový lymfatický systém . . . . .	45
2.3.3 Lymfatické uzliny a cévy hlavy a krku . . . . .	48
2.3.4 Lymfatické uzliny a cévy trupu a prsu . . . . .	49
2.3.5 Lymfatické uzliny a cévy horních končetin . . . . .	50
2.3.6 Lymfatické uzliny a cévy dolních končetin . . . . .	51

<b>3</b>	<b>Otok – příčiny a terapie</b>	<b>53</b>
3.1	Klasifikace otoků	53
3.2	Diferenciální diagnostika otoků (spolupráce: R. Válka)	54
3.2.1	Lymfedém (spolupráce: R. Válka)	56
3.2.2	Posttraumatické otoky končetin	59
3.3	Lymfodrenáž	60
<b>4</b>	<b>Lymfotaping</b>	<b>62</b>
4.1	Efekt lymfotapingu na lymfatický systém	64
4.2	Lymfotaping akutních, lokálních otoků	65
4.2.1	„I“ tejp – prostorová korekce	65
4.2.2	„Hvězda“ – prostorová korekce	65
4.2.3	„Síť“ – prostorová korekce	66
4.2.4	„Donut hole“ – prostorová korekce	67
4.2.5	„Vějíř“ – lymfatická korekce	68
4.2.6	„I“ tejp jako alternativa pro otok z přetížení svalů	70
4.2.7	Otoky hlavy a krku	71
4.3	Lymfotaping povrchového lymfatického systému	73
4.3.1	Lymfotaping versus bandážování	75
4.3.2	Indikace lymfotapingu	76
4.3.3	Kontraindikace lymfotapingu	76
4.4	Lymfotaping povrchového lymfatického systému trupu a prsu	76
4.4.1	Lymfotaping prsu – funkční spádové lymfatické uzliny	77
4.4.2	Alternativní lymfatická cesta z axily do axily po přední straně těla	79
4.4.3	Mechanická korekce – elevace prsu k redukci otoku	80
4.4.4	Alternativní lymfatická cesta z axily do axily po zadní straně těla	81
4.4.5	Alternativní lymfatická cesta z horní části zad do supraklavikulárních uzlin	81
4.4.6	Alternativní lymfatická cesta z axily do bederní oblasti	82
4.4.7	Alternativní lymfatická cesta z axily do inguiny (přesměrování otoku paže)	83
4.4.8	Alternativní lymfatická cesta z inguiny do axily (přesměrování otoku dolní končetiny)	84
4.4.9	Alternativní lymfatická cesta k redukci otoku v bederní oblasti	84
4.4.10	Alternativní lymfatická cesta k redukci otoku kyčle/dolní končetiny	85
4.5	Lymfotaping povrchového lymfatického systému horní končetiny	86
4.5.1	Lymfotaping paže – funkční spádové lymfatické uzliny	87
4.5.2	Lymfotaping předloktí – funkční spádové lymfatické uzliny	87
4.5.3	Lymfotaping pro chronické otoky ruky	88
4.5.4	Alternativní lymfatická cesta k redukci otoku paže při blokování axilárních uzlinách	91
4.5.5	Alternativní lymfatická cesta k redukci otoku předloktí při nefunkčních kubitálních uzlinách	92

4.6	Lymfotaping povrchového lymfatického systému dolních končetin . . . . .	93
4.6.1	Lymfotaping přední strany stehna – funkční spádové lymfatické uzliny . . . . .	94
4.6.2	Lymfotaping bérce – funkční spádové lymfatické uzliny. . . . .	95
4.6.3	Lymfotaping lýtka – funkční spádové lymfatické uzliny . . . . .	96
4.6.4	Lymfotaping pro chronické otoky nohy . . . . .	96
4.6.5	Alternativní lymfatická cesta – z inguiny do inguiny (přesměrování toku lymfy při přeplnění/odstranění uzlin) . . . . .	99
4.6.6	Alternativní lymfatická cesta pro ventromediální svazek v oblasti stehna . . . . .	99
4.6.7	Alternativní lymfatická cesta pro ventromediální svazek v oblasti bérce . . . . .	100
4.7	Lymfotaping hlubokého lymfatického systému . . . . .	101
4.7.1	Mechanická korekce – elevace spodní části břicha k redukci otoku . . . . .	102
4.7.2	Prostorová korekce horní části břicha k redukci otoku . . . . .	103
4.7.3	Tejpování k ovlivnění tenkého a tlustého střeva při zácpě (spolupráce: R. Válka) . . . . .	103
4.7.4	Tejpování bránice (spolupráce: R. Válka). . . . .	106
4.7.5	Tejpování při ucpaném nose a dutinách (spolupráce: R. Válka) . . . . .	110
4.8	Lymfotaping jizev, varixů, hematomů a genitálu . . . . .	112
4.8.1	Tejpování v terapii jizev . . . . .	112
4.8.2	Tejpování v terapii hematomů (spolupráce: R. Válka). . . . .	121
4.8.3	Tejpování v terapii varixů dolních končetin (spolupráce: R. Válka). . . . .	124
4.8.4	Tejpování v terapii lymfedému genitálií a podbříšku . . . . .	126
	<b>Literatura . . . . .</b>	<b>128</b>
	<b>Seznam použitých zkratk . . . . .</b>	<b>132</b>
	<b>O autorech . . . . .</b>	<b>133</b>
	<b>Rejstřík . . . . .</b>	<b>134</b>