



Atex Spiral Tape

Keha tasakaal ja mugavus iga päev

Ainulaadne spiraalne struktuur aitab tasakaalustada lihaseid ja säilitada õiget rühti.

Siidiselt pehme - ei ärrita nahka, sobib ka tundlikule nahale.

Usaldusväärne fikseerimine erakordse kerguse ja hingavuse juures.

Lihtsalt järgige juhiseid - Atex Spiral Tape'i **kasutamine on jõukohane kõigile.**

Mugavad lahtitõmmatavad lehed — ilma vaevata, ilma käärideta, igal ajal.



Ettevaatusabinõud Atex Spiral Tape kasutamisel

Enne kasutamist lugege hoolikalt seda juhendit

Ärge kasutage toodet, kui tekib nahareaktsioon (sügelus, lööve jne).

Võivad tekkida kerged valuaistingud, kui teip on asetatud valesse kehapiirkonda - sellisel juhul eemaldage teip kohe.

Ärge kasutage teipi kahjustatud nahal, lahtistel haavadel, märgadel piirkondadel, dermatiidi või muude nahahaiguste korral - see võib põhjustada viltu ja naha ketendumist.

Teipi eemaldades tehke seda aeglaselt, karvakasvu suunas, et vältida naha kahjustamist. Kui nahale jääb liimi, peske ala sooja vee ja seebiga ning eemaldage jäägid ettevaatlikult.

Ärge kasutage teipi muul otstarbel kui spiraalteipimiseks.

Kõrvaltoimete ilmnemisel eemaldage teip viivitamatult ja pidage nõu arstiga.



Mis on Atex Spiral Tape'i võrguteibi teraapia?

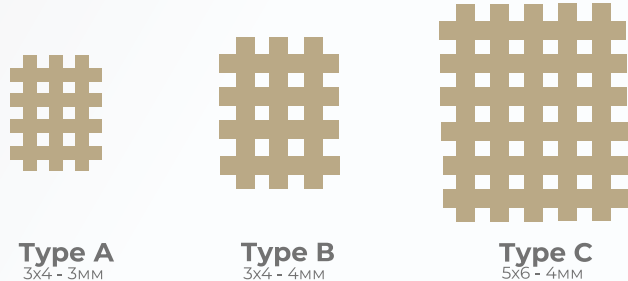
Võrguteibi teraapia põhineb Aasia meditsiini põhimõtetel ja teadmiste lihaste anatoomias. See ei nõua ravimite kasutamist ning on suunatud keha tasakaalu taastamisele.

Teraapia toimub teibi asetamisega verevarustust mõjutavatele ja akupunktuuritsoonidele vastavatele punktidele, et parandada energia liikumist naha kaudu ning reguleerida lihaste ja sidemete pinget ja lõdvestumist.

See meetod on eriti tuntud oma võime poolest kiiresti taastada kehaline tasakaal ilma eriliste raskusteta. Võrgukujuline teip kantakse valulikele liigestele ja lihastele, mis kannatavad kehas esineva tasakaalutuse tõttu.

Toimimispõhimõte

Meetod on suunatud kehas üldise ebamugavustunde kõrvaldamisele. Kui probleem tekib ühes kehaosas, ei käsitleta seda teipimismeetodis eraldiisvana, vaid kogu organismi tasakaalu rikkumise tagajärjena. Seetõttu on teraapia eesmärk mitte ainult konkreetse liigese, lihase või piirkonna ravimine, vaid kogu keha tasakaalu taastamine. Ravi hõlmab nii üksikuid kehapiirkondi kui ka organismi kui tervikut.



Ohutu organismile, kuna ei sisalda ravimite aineid. **Praktiliselt ei põhjusta allergiat**, omab suurepärast ventilatsiooni ja head adhesiooni. **Ei jäta nahale jälgi** pärast eemaldamist. **Saadaval erinevates suurustes** mugavaks kasutamiseks.

Alljärgnevas juhendis kirjeldatud meetodid on välja töötatud nii, et neid saaks kasutada iga soovija. Parima efekti saavutamiseks soovitatakse siiski teipimist läbi viia spetsialisti diagnoosi ja soovitude alusel.

Õlavalu ja ebamugavustunde korral

Asetage teip piirkonda, kus tunnete ebamugavust. (Sobib A- ja B-tüüpi teipidele.)



Kaela kaitseks ja õlgade pingete leevendamiseks.



Asetage teip kaela vasakule ja paremale küljele nii, et teibi 4 riba oleksid horisontaalselt. (Sobib A- ja B-tüüpi teipidele.)

Nimmelihaste tugevdamiseks



Asetage teip piirkonda, kus tunnete ebamugavust nimmepiirkonnas. Kasutage 6 ribaga teipi (tüüp C)

Ebamugavuse ja valu korral nimmepiirkonnas

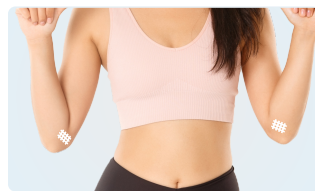


SAMM 1: Asetage teip naba mõlemale küljele. (Sobib A- ja B-tüüpi teipidele.)

SAMM 2: Asetage teip mõlemale poole selgroogu, alustades vööjoonest

Käte valu ja ebamugavustunde korral

Küünarnukkide teipimine



Asetage teip paremale küünarnukile nii, et 4 teibiriba oleksid suunatud õlale, ja vasakule küünarnukile nii, et 4 teibiriba oleksid suunatud käele (sobib A- ja B-tüüpi teipidele)



Asetage teip mõlemale küünarnukile nii, et 4 teibiriba oleksid veidi vastupäeva keeratud (sobib A- ja B-tüüpi teipidele)."

Randme piirkond. Variant 1



Asetage teip suure sõrme väljaulatuvale alale (tüüp C)

Randme piirkond. Variant 3



Asetage teip väljaulatuvale luule keskmise ja nimetu sõrme vahel (sobib A- ja B-tüüpi teipidele)

Randme piirkond. Variant 2



Asetage teip randme siseküljel asuvale süvendile. (Sobib A- ja B-tüüpi teipidele.)

Käe selgmine pool



Asetage teip käe seljale. (Sobib A- ja B-tüüpi teipidele.)

Teipimine sümptomite leevendamiseks

Seede parandamiseks



Asetage teip epigastriumi alaosale. (Sobib A- ja B-tüüpi teipidele.)



Asetage teip randmele. (Sobib A- ja B-tüüpi teipidele.)

Hallux Valgus



Hallux Valgus on suure varba valgusdeformatsioon ehk rahvapäraselt „luukas jalal" (tüüp C teip)

Merehaiguse korral



Asetage teip mõlemale poole kõrvatagust väljaulatuvale luule (sobib A- ja B-tüüpi teipidele.)

Merehaiguse ja iivelduse korral



Asetage teip randme siseküljele. (Sobib A- ja B-tüüpi teipidele.)



Asetage teip nimetu sõrme ja väikese sõrme vahele (sobib A- ja B-tüüpi teipidele.)

Teipimine jalgade valu korral

Sääre ebamugavuse korral



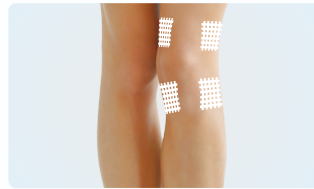
Наклейте теип на область голени. (подходит для теипов типа А и В)

Pikkluu piirkond

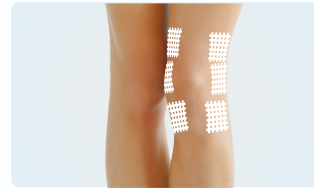


Наклейте теип, как показано на изображении, слегка против часовой стрелки

Põlvevalu ja ebamugavuse korral



Наклейте ленту вокруг коленной чашечки. (теип типа С)



Наклейте ленту вокруг коленной чашечки. (теип типа С)

Pöia teipimine



Наклейте теип вокруг голеностопного сустава (для типа С)

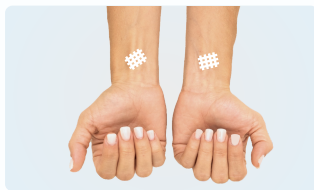
Jalapealne teipimine



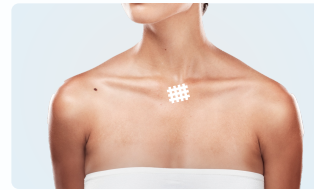
Наклейте ленту на центр тыльной стороны стопы (подходит для теипов типа А и В)

Teipimine sümptomite leevendamiseks

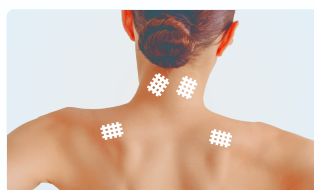
Köha ja hingamishäired



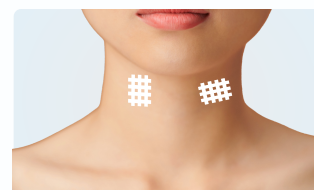
Asetage teip süvenditesse mõlemal randmel (sobib A- ja B-tüüpi teipidele.)



Asetage teip süvendisse rinnaku piirkonnas. (Sobib A- ja B-tüüpi teipidele.)

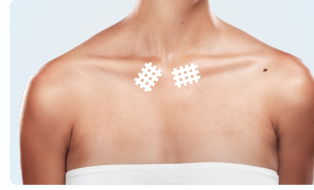


Asetage teip õlavarrest kohale ja kaela keskmisele lülile, kui langetate pead. (Sobib A- ja B-tüüpi teipidele.)



Asetage teip mandli välisküljele. (Sobib A- ja B-tüüpi teipidele.)

Astma ja hingetoru häired

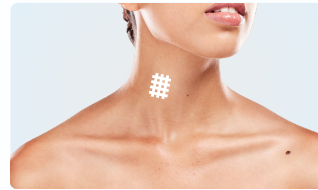


Asetage teip randme siseküljele. (Sobib A- ja B-tüüpi teipidele.)



Asetage teip suurtele rindlihastele (musculus pectoralis major). (Sobib A- ja B-tüüpi teipidele.)

Pea raputamisel kaelapiirkonnas tekkiva ebamugavustunde korral teipimine.



ESIKÜLG: Teip kinnitatakse sääreлуу eesmisele lihasele kilpnäärme kõhre ja rinnaku-lavatsilulise lihase vahele.



TAGAKÜLG: Kinnitage teip vasaku kaela tagaküljele — sinna kohta, kus pea taha kallutamisel tekivad nahavoldid.

Ebamugavustunne pea ette kallutamisel

Teip kinnitatakse kohta, kus tunnete pinget. (Sobib A- ja B-tüüpi teipidele)

EBAMUGAVUSTUNNE VASAKUL



EBAMUGAVUSTUNNE PAREMAL



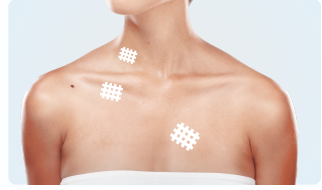
Ebamugavustunne pea taha kallutamisel

Teip kinnitatakse kohta, kus tunnete pinget. (Sobib A- ja B-tüüpi teipidele)

EBAMUGAVUSTUNNE VASAKUL



EBAMUGAVUSTUNNE PAREMAL



Atex Spiral Tape

баланс тела и комфорт каждый день

Уникальная спиральная структура помогает сбалансировать мышцы и поддерживать правильную осанку.

Мягкая, как шелк — не вызывает раздражения, подходит даже для чувствительной кожи.

Надёжная фиксация при удивительной лёгкости и воздухопроницаемости

Просто следуйте инструкции — и спользовать Atex Spiral Tape **сможет каждый.**

Удобные отрывные листы — без лишних усилий, без ножниц, в любое время.



Меры предосторожности при использовании Atex Spiral Tape

Перед использованием обязательно прочтите данную инструкцию.

Не использовать при появлении кожных реакций (зуд, сыпь, и т.д.)

Возможны небольшие болевые ощущения, если лента наклеена на неправильную часть тела — в этом случае сразу снимите ленту.

Не используйте ленту на повреждённой коже, открытых ранах, мокрых участках, при дерматите или других кожных заболеваниях - это может вызвать волдыри и шелушение кожи.

При снятии ленты отклеивайте её медленно, по направлению роста волос, чтобы избежать повреждений кожи.

Если на коже остался клей, смочите участок тёплой водой с мылом и аккуратно удалите остатки.

Не используйте ленту в других целях, кроме спирального тейпирования.

При появлении побочных эффектов немедленно снимите ленту и проконсультируйтесь с врачом.



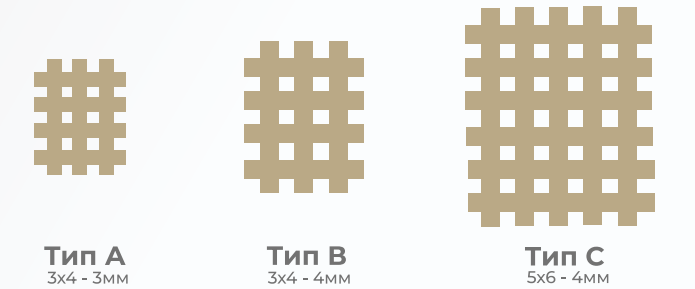
Что такое терапия с использованием решетчатого тейпа Atex Spiral Tape

Терапия с применением ленты решетчатой формы основана на принципах азиатской медицины и данных о строении мышц, не требует использования медикаментов и направлена на восстановление баланса в организме. Это достигается путём наложения ленты на кровеносные сосуды и точки, соответствующие акупунктурным зонам, с целью улучшения циркуляции энергии через кожу, а также контроля напряжения и расслабления мышц и связок.

Эта методика особенно известна своей способностью быстро восстанавливать баланс тела без особых затруднений. Для этого тейп решетчатой формы наклеивается на болезненные суставы и мышцы, страдающие из-за дисбаланса в теле.

Принцип действия

Метод направлен на устранение общего дискомфорта в теле. Когда возникает проблема в одной части тела, метод тейпирования рассматривает её не изолированно, а как следствие нарушения баланса всего организма. Поэтому цель терапии - не просто вылечить конкретный сустав, мышцу или участок, а восстановить равновесие всего тела. Лечение охватывает как отдельные части, так и весь организм в целом.



Безвредна для организма, так как не содержит лекарственных веществ. **Практически не вызывает аллергии**, обладает отличной вентиляцией и хорошей адгезией. **Не оставляет следов** на коже после снятия. **Выпускается в различных размерах** для удобства применения.

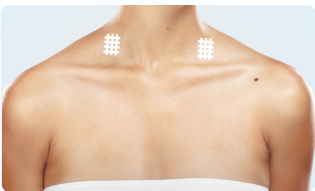
Метод, описанные далее в инструкции, разработаны так, чтобы его мог использовать любой желающий. Однако для достижения наилучшего эффекта рекомендуется проводить тейпирование по диагностике и назначению специалиста.

При болях и дискомфорте в плечах

Наклейте тейп на область, где вы ощущаете дискомфорт. (подходит для тейпов типа А и В)



Для защиты шеи и снятия напряжения в плечах.



Наклейте тейп с левой и правой стороны шеи таким образом, чтобы 4 полоски на тейпе располагались горизонтально. (подходит для тейпов типа А и В)



Для укрепления мышц в области поясницы.



Наклейте тейп на область, где вы ощущаете дискомфорт в области поясницы. Используйте тейп с 6 полосками (тип С).

При дискомфорте и болях в пояснице.



ШАГ 1: Наклейте тейп по бокам от пупка. (подходит для тейпов типа А и В)



ШАГ 2: Наклейте тейп по обе стороны от позвоночника, начиная от линии пояса.

При болях и дискомфорте в руках

Тейпирование локтей



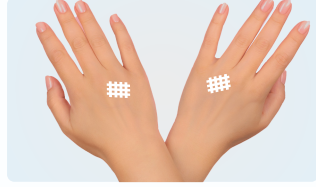
Наклейте тейп на правый локоть таким образом, чтобы 4 полоски тейпа были направлены в направлении плеча и на левый локоть, чтобы 4 полоски тейпа были направлены в направлении кисти (для тейпов типа А и В)

Запястье вариант 1



Наклейте тейп на выступающую область большого пальца (тип С)

Запястье вариант 3



Наклейте тейп на выступающую кость между средним и безымянным пальцами (для типов А и В).



Наклейте тейп на оба локтя таким образом, чтобы 4 полоски тейпа были слегка повернутыми против часовой стрелки (подходит для тейпов типа А и В).

Запястье вариант 2



Наклейте ленту на углублённое место на внутренней стороне запястья. (подходит типов А и В).

Тыльная сторона кисти



Наклейте тейп на тыльную сторону кисти. (подходит типов А и В).

Тейпирование при болях в ногах

При дискомфорте в голени



Наклейте тейп на область голени. (подходит для тейпов типа А и В)

Область малоберцовой кости

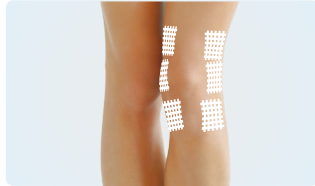


Наклейте тейп, как показано на изображении, слегка против часовой стрелки

При дискомфорте и боли в коленях



Наклейте ленту вокруг коленной чашечки. (тейп типа С)



Наклейте ленту вокруг коленной чашечки. (тейп типа С)

Тейпирование лодыжек



Наклейте тейп вокруг голеностопного сустава (для типа С)

Тейпирование верхней части стопы



Наклейте ленту на центр тыльной стороны стопы (подходит для тейпов типа А и В)

Тейпирование при дискомфорте при потряхивании головой в области шеи.



ПЕРЕДНЯЯ СТОРОНА: Лента наклеивается на переднюю большеберцовую мышцу между щитовидным хрящом и груднично-ключично-сосцевидной мышцей



ЗАДНЯЯ СТОРОНА: Наклейте ленту на левой задней стороне шеи — в том месте, где образуются кожные складки при наклоне головы назад.

Дискоморт при наклоне головы вперед

Лента наклеивается на место, где ощущается напряжение. (Подходит для тейпов типов А и В)

ДИСКОМФОРТ СЛЕВА



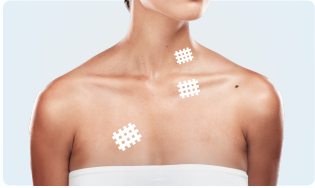
ДИСКОМФОРТ СПРАВА



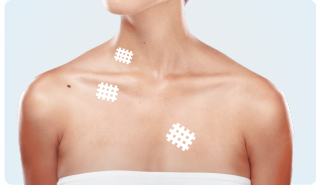
Дискоморт при наклоне головы назад

Лента наклеивается на место, где ощущается напряжение. (Подходит для тейпов типов А и В)

ДИСКОМФОРТ СЛЕВА

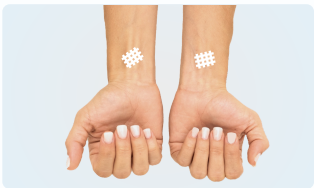


ДИСКОМФОРТ СПРАВА

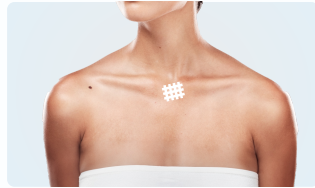


Тейпирование при облегчении симптомов

Кашель и распираторные расстройства



Наклейте тейп на углублённые точки на обеих запястьях (подходит для тейпов типа А и В)



Наклейте тейп на углублённое место в области грудины. (подходит для тейпов типа А и В)

Тейпирование при облегчении симптомов

Для улучшения пищеварения



Наклейте тейп на нижнюю часть эпигастриальной области (подходит для тейпов типа А и В)



Наклейте тейп на запястье (подходит для тейпов типа А и В)

Hallux Valgus



Hallux Valgus - это вальгусная деформация большого пальца стопы, или в народе «косточка на ноге» (тейп типа С)

При укачивании

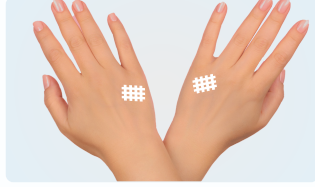


Наклейте тейп с обеих сторон выступающей кости за ухом (подходит для тейпов типа А и В)

При укачивании и тошноте

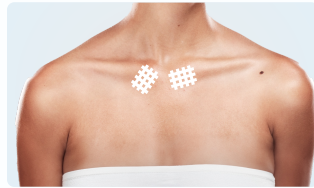


Наклейте тейп на внутреннюю часть запястья (подходит типов А и В).



Наклейте тейп между безымянным ё пальцем и мизинцем (для типов А и В).

Астма и расстройства в области трахеи



Наклейте тейп на внутреннюю часть запястья (подходит типов А и В).



Наклейте тейп на большую грудную мышцу musculus pectoralis major.(для типов А и В).