

足関節捻挫に対するテーピング（オープン・バスケットウィーブ）



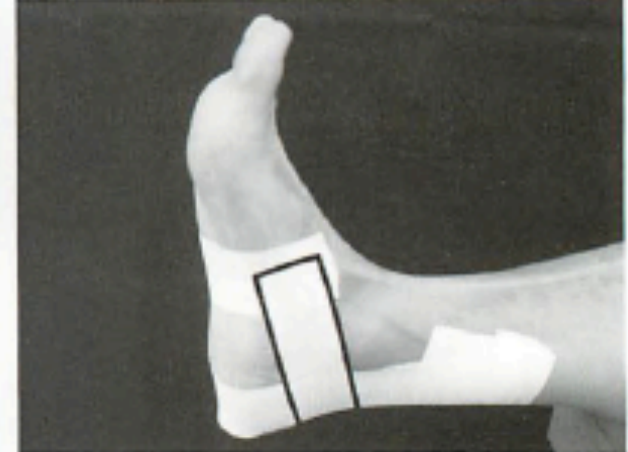
1.アンカー

下腿部に3本、足部に1本アンカーを行う。いずれも1周させず前部を開けておく



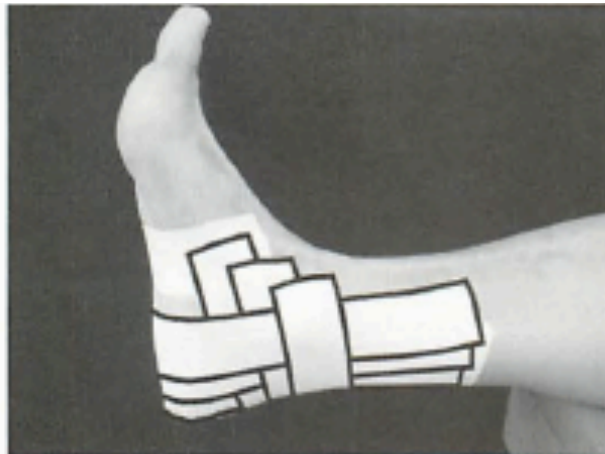
2.スターアップ

下腿内側から始め、外側でしっかりと引っ張り上げる



3.ホースシュー

足部のアンカーから足部のアンカーまでホースシューを行う



4.バスケットウィーブ

スターアップとホースシューを交互に3本行う



5.ホースシュー

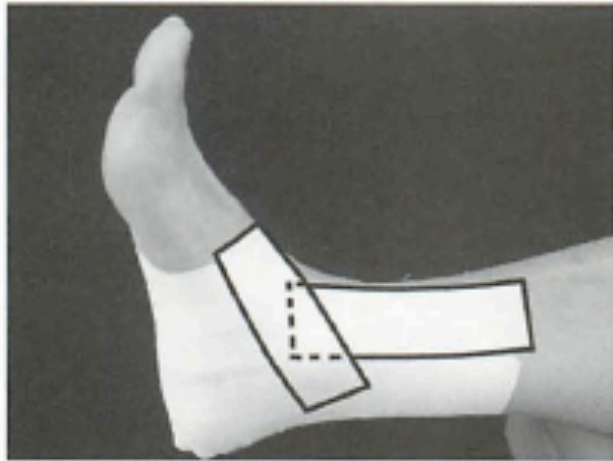
1/2以上重ね合わせながら最初のアンカーの位置までホースシューを繰り返す



6.アンカー

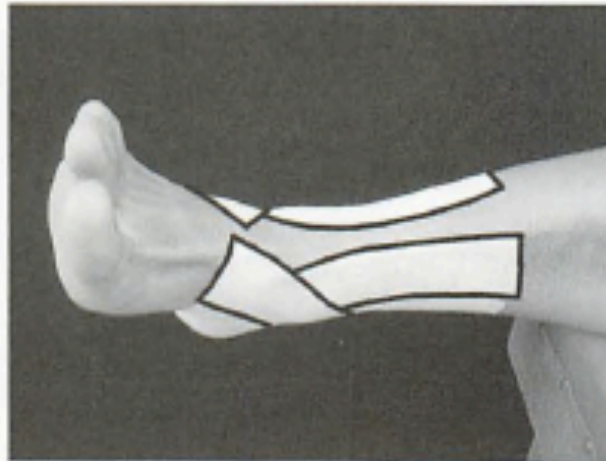
足部にアンカーを2本行い、ホースシューの端を留めるとともに足底部の隙間を埋める

足関節捻挫に対するテーピング（オープン・バスケットウィーブ）



7.アンカー

下腿と足部に沿って内・外側にアンカーを行う



8.アンカー

下腿前面、足関節前面、足背部が開いていることを確認する

対象となる外傷・障害：足関節内返し捻挫（急性期の固定）

目的：足関節の内返しを制限

使用テープ：38mm非伸縮

肢位：膝関節を屈曲し、足関節を中間位（0°）に保持させる