Toetsing functioneel tapen NGS masseur Sport en Blessurezorg (NGS2983) – juli 2026*

*wijzigingen t.o.v. vorige versie zijn geel gemarkeerd

Inleiding

Stelling
Er zijn vele mogelijkheden (tapeconstructies) om met tape het passieve bewegingsapparaat te ondersteunen, waarbij gekozen kan worden uit:

- Elastisch tapen
- Niet-elastisch tapen
- Bandage
- Combinatie

Doel
Doel van tapen is het toepassen van een partiële bewegingsbeperking in een

- Enkelgewricht
- Ellebooggewricht
- Polsgewricht
- Vingergewrichten
- Duimgewricht
- Voor BLESSUREZORG geldt: Kniegewricht (eenvoudige bandage lig patellae en boven-/onderpool patella)

Middel
Uit bovenstaande mogelijkheden, die in dit document uitgebreid zijn beschreven, zal tijdens het praktijkexamen aan de kandidaat at random een sport-casus worden aangeboden. De opdracht is om binnen de gestelde tijd een tapeconstructie aan te leggen waarmee de sport(st)er de sport kan blijven beoefenen. Oftewel, er moet een functionele tape-constructie worden aangelegd.

Check
De tapeconstructie kan gecontroleerd worden door de kandidaat zelf en de beoordelaar via een pre-test en post-test. Door middel van een veldtest (hardlopen, vangen/werpen bal etc.) kan door de beoordelaar worden beoordeeld of deze tape wel of niet functioneel is voor deze sporter.

Aanvulling m.b.t. elastische tape
Er is een meervoud aan mogelijkheden (tapeconstructies) om met elastische tape het actieve bewegingsapparaat te ondersteunen. Met elastische tape kan de spiertonus worden beïnvloed. Als dit als doel wordt gesteld kan gekozen worden uit het toniseren of detoniseren van een spier. **In het praktijkexamen NGS Sport is alleen het detoniseren van toepassing. In het praktijkexamen Blessurezorg kunnen zowel toniserende als detoniserende technieken worden gevraagd. Zie verder in dit document.**

Algemene opmerkingen examineren tapetechniek

- Een goed aangelegde tape doet wat het moet doen zónder de andere functies van het betrokken lichaamsdeel te belemmeren. Er leiden veel wegen naar Rome.
- Dit geldt ook voor de gekozen materialen. Ook met elastische tape kun je een gewricht partieel immobiliseren, mits deze volledig uitgerekt wordt aangebracht.

- Om de werking van de tape objectief te kunnen beoordelen dient ook de beoordelaar zowel de pre- als de posttest (respectievelijk vóór en ná het aanleggen van de tape) uit te voeren.
- Van tevoren moet door de beoordelaar worden omschreven, bijvoorbeeld bij de opdracht, wát precies “functioneel” is:
  - Patiënt moet normaal kunnen blijven lopen
  - Patiënt moet een bal kunnen vangen en gooien
  - Patiënt moet kunnen basketballen, volleyballen, voetballen, zwemmen etc.
- **In geval van elastisch tapen op spieren is er géén sprake van het toepassen van een partiële bewegingsbeperking. Het uitvoeren van een pre- en een posttest is dus niet relevant. Of de aangelegde tape effect heeft of niet kan niet worden beoordeeld. Door observatie kan wel vastgesteld worden of de tape functioneel is (zie opdrachten).**
- **Indien tijdens het praktijkexamen bij het model dat door de kandidaat wordt behandeld sprake is van een geschikte tapebehandeling, dat wil zeggen met een van de hieronder genoemde indicaties, dan is het toegestaan om deze tapebehandeling uit te voeren. In het andere geval trekt de kandidaat tijdens het praktijkexamen blindelings één tape-opdracht bij de beoordelaar.**

Tape opdrachten NGS-masseur Sport

Enkel remming inversie / eversie

- Pre-test: inversie / eversie passief
- Tapetechniek: stijgbeugel met niet-elastische tape
- Post-test: inversie / eversie passief voldoende eindstandig beperkt, ganganalyse
- Functioneel: tape moet een normaal looppatroon toelaten

Enkel remming plantairflexie / dorsaalflexie

- Pre-test: plantairflexie / dorsaalflexie passief
- Tapetechniek: stroken vóór respectievelijk áchter de bewegingsas (door malleoli)
- Post-test: plantairflexie voldoende beperkt zonder beperking van de dorsaalflexie respectievelijk andersom
- Functioneel: tape mag alleen de plantairflexie respectievelijk dorsaalflexie beperken

Elleboog remming hyper-extensie

- Pre-test: hyper-extensie passief
- Tapetechniek: Gekruiste en parallelle stroken ventrale elleboog evt. met bandage
- Post-test: elleboog extensie mag niet beperkt zijn, flexie moet vrij zijn, werpbeweging
- Functioneel: tape moet een normale werpbeweging toelaten

Pols remming palmair- en/of dorsaalflexie

- Pre-test: palmairflexie en/of dorsaalflexie carpus
- Tapetechniek: niet-elastische tape aan respectievelijk dorsale en/of palmaire hand en onderarm
- Post-test: palmairflexie en/of dorsaalflexie carpus voldoende eindstandig beperkt
- Functioneel: tape moet een normale werpbeweging met bal toelaten, middenpositie pols

Duimgewricht remming repositie en/of oppositie

- Pre-test: repositie / oppositie duim
- Tapetechniek: niet-elastische tape aangelegd in “coffeecup positie”
- Post-test: genoemde bewegingen voldoende eindstandig beperkt
- Functioneel: tape moet een normale werpbeweging met bal toelaten, letten op afknellen bloedcirculatie

Vingers remming hyperextensie PIP / DIP

- Pre-test: hyperextensie PIP en DIP
- Tapetechniek: niet-elastische tape aan palmaire zijde vinger
- Post-test: hyperextensie PIP en DIP voldoende eindstandig beperkt
- Functioneel: tape moet een normale werpbeweging met bal toelaten

Vingers remming spreiden vingers

- Pre-test: abductie betrokken vingers
- Tapetechniek: niet-elastische tape om twee vingers, al dan niet met ruimte
- Post-test: abductie betrokken vingers voldoende beperkt
- Functioneel: tape moet een normale werpbeweging of specifieke sportactie toelaten

Elastische tape: detoniseren van de m. deltoideus pars clavicularis en pars spinalis

- Pre-test: niet van toepassing: vanuit eerder onderzoek is een hypertonie vastgesteld
- Tapen: tijdens de uitvoering dient deze tape-constructie te worden toegepast:
    - Basis in neutrale stand aanleggen, idem anker (begin)
    - Anker (met overlap) beginnen op de insertie (humerus)
    - Langs de spiercontouren (van de m. deltoideus pars clavicularis en spinalis) waarbij de huid in deze regio op een maximale rek is geplaatst, door retractie exorotatie (pars clavicularis) resp. protractie/endorotatie (pars spinalis)
    - Post-test: niet van toepassing, effect moet tijdens volgende sessie blijken
    - Post-observatie: Plooit de tape zodra ruststand in het schoudergewricht wordt aangenomen?
- Functioneel (vanuit observatie):
    - Is dit een duurzame tape-constructie?
    - Zijn de uiteinden van de elastische tape afgerond t.b.v. duurzame fixatie?
    - Is de plakzijde van de tape onaangeroerd gebleven tijdens het opbrengen?
    - Is de tape extra verwarmd bij het aanleggen om extra hechting mogelijk te maken?
    - Is de tape zonder rek op de huid geplaatst?
    - Is vanuit insertie naar origo toegewerkt?
    - De tape mag de schouderbewegingen niet hinderen of beperken

In plaats van een Y-tape (5 cm) kunnen ook twee afzonderlijke stroken gebruikt worden.

Tape opdrachten NGS Blessurezorg/Sportzorgmasseur (aanvullend op de tape-opdrachten hierboven)

NIET ELASTISCHE TAPE

Enkel: algehele ondersteuning bij aspecifiek functieverlies (heel-lock)

- Pre-test: dorsaalflexie, plantairflexie, in- en eversie passief
- Tapetechniek: heellock met niet-elastische tape
- Post-test: dorsaalflexie, plantairflexie, in- en eversie voldoende beperkt eindstandig, ganganalyse
- Functioneel: tape moet een normaal looppatroon toelaten

Enkel: ondersteuning lengtegewelf

- Pre-test: beoordelen lengtegewelf
- Tapetechniek: Stroken diagonaal over voetholte, van voorvoet naar calcaneus
- Post-test: lengtewelf moet voldoende ondersteund worden door de tape
- Functioneel: tape moet een normaal looppatroon toelaten

Knie: lig patellae

- Pre-test: geen
- Tapetechniek: DIT WORDT NOG AANGEVULD
- Post-test: geen
- Functioneel: tape moet een normaal looppatroon toelaten

Knie: onder- of bovenpool

- Pre-test: Beoordelen stand patella
- Tapetechniek: Met Elastoplast 2 basisstroken proximaal en distaal van patella, teugel mediaal en lateraal van patella
- Post-test: knieflexie en -extensie mogen niet beperkt zijn, ganganalyse
- Functioneel: tape moet een normaal looppatroon toelaten

Elleboog: tennisarm

- Pre-test: weerstand dorsaalflexie carpus (pijn?)
- Tapetechniek: circulaire niet-elastische tape ter hoogte van spierbuik extensorengroep carpus
- Post-test: elleboog flexie en extensie mogen niet beperkt zijn, weerstand extensie carpus?
- Functioneel: tape moet een normale flexie- en extensiebeweging van de elleboog toelaten

Duimgewricht: remming abductie

- Pre-test: abductie duim
- Tapetechniek: niet-elastische tape aangelegd in “coffeecup positie”
- Post-test: genoemde bewegingen voldoende eindstandig beperkt
- Functioneel: tape moet een normale werpbeweging met bal toelaten, letten op afknellen bloedcirculatie

ELASTISCHE TAPE

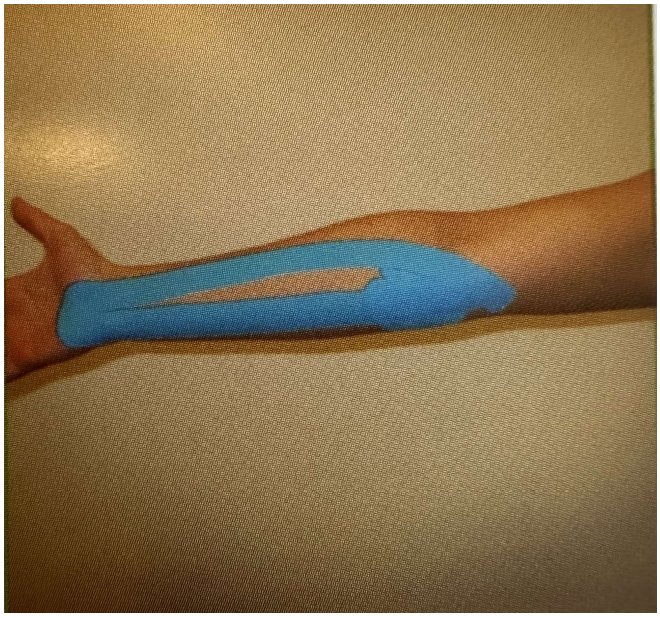
Faciliteren / toniseren deltoideus

- Pre-test: niet van toepassing: vanuit eerder onderzoek is een hypotonie vastgesteld
- Tapen: tijdens de uitvoering dient deze tape-constructie te worden toegepast
    - Basis in neutrale stand aanleggen, idem anker (begin)
    - Werkende strook voor pars anterior: arm in retractie en exorotatie van origo (clavicula) naar insertie deltoideus
    - Werkende strook voor pars posterior: arm in protractie en endorotatie/adductie van origo (spina scapulae) naar insertie deltoideus
    - Post-test: niet van toepassing, effect moet tijdens volgende sessie moeten blijken
    - Post-observatie: Plooit de tape zodra ruststand in het schoudergewricht wordt aangenomen?
- Functioneel (vanuit observatie):
    - Is dit een duurzame tape-constructie?
    - Zijn de uiteinden van de elastische tape afgerond t.b.v. duurzame fixatie?
    - Is de plakzijde van de tape onaangeroerd gebleven tijdens het opbrengen?
    - Is de tape extra verwarmd bij het aanleggen om extra hechting mogelijk te maken?
    - Is de tape zonder rek op de huid geplaatst?
    - Is vanuit origo naar insertie toegewerkt?
    - De tape mag de schouderbewegingen niet hinderen of beperken

NB: de extra strook (blauw) is hierboven niet beschreven

Elastische tape: inhiberen / detoniseren m. flexor carpi ulnaris

- Pre-test: niet van toepassing
- Tapen:
    - Uitgangshouding: elleboog in extensie, onderarm in supinatie, hand in dorsaalflexie
    - Basis en ankers zonder rek
    - Tape aanleggen van distaal (pols) naar proximaal (elleboog), voorspanning behouden
    - Twee werkende stroken om de spierbuik heen
- Functioneel (vanuit observatie)
    - Is dit een duurzame tape-constructie?
    - Zijn de uiteinden van de elastische tape afgerond t.b.v. duurzame fixatie?
    - Is de plakzijde van de tape onaangeroerd gebleven tijdens het opbrengen?
    - Is de tape extra verwarmd bij het aanleggen om extra hechting mogelijk te maken?
    - Is de tape zonder rek op de huid geplaatst?
    - Is vanuit insertie naar origo toegewerkt?
    - De tape mag de elleboogbewegingen niet hinderen of beperken.



Inhiberende tape van de m flexor carpi ulnaris

Elastische tape: inhiberen / detoniseren m. extensor carpi radialis

- Pre-test: niet van toepassing
- Tapen:
    - Uitgangshouding: elleboog in extensie, onderarm in pronatie, hand in palmairflexie
    - Basis en ankers zonder rek
    - Tape aanleggen van distaal (pols) naar proximaal (elleboog), voorspanning behouden
- Functioneel (vanuit observatie)
    - Is dit een duurzame tape-constructie?
    - Zijn de uiteinden van de elastische tape afgerond t.b.v. duurzame fixatie?
    - Is de plakzijde van de tape onaangeroerd gebleven tijdens het opbrengen?
    - Is de tape extra verwarmd bij het aanleggen om extra hechting mogelijk te maken?
    - Is de tape zonder rek op de huid geplaatst?
    - Is vanuit insertie naar origo toegewerkt?
    - De tape mag de elleboogbewegingen niet hinderen of beperken.

Detoniserende tape voor de m extensor carpi radialis (zwarte strook niet noodzakelijk)

Belangrijk:
In het kader van de NGS-toetsing geldt voor de tape-opdrachten voor de NGS-masseur Sport en NGS-Sportzorgmasseur dat tape-behandelingen die afwijkend zijn van bovenstaande opdrachten niet mogen worden beschreven in de cliëntendossiers en niet mogen worden toegepast tijdens het praktijkexamen.