

Patellaspitzensyndrom (jumper's knee)

Als Patellaspitzensyndrom (Patella = Kniescheibe) bezeichnet man eine lokale entzündliche Reaktion am Ursprung der **Patellasehne**, oft durch chronische **Überbelastung und ungenügende Regenerationszeit** ausgelöst.

Diese Überbelastung kann zu Mikroeinrissen und zu lokalen Degenerationen der Patellarsehne führen.

Dieses Syndrom ist unter vielen Sportarten stark verbreitet, da die Sehne am Knochen starken Zug- und Scherbewegungen unterliegt.

Außerdem kann ein **muskuläres Ungleichgewicht zwischen Beuger und Strecker des Kniegelenks** Auslöser für das Patellaspitzensyndrom sein.

Elastisches Tape kann bei dieser Indikation zu einer Herabsetzung der Schmerzen verwendet werden. Jedoch sollte dieses Tape von erfahrenen Anwendern appliziert werden.

