

Hüftgelenk

Anatomie und Funktion

- 8 Topographie des Hüftgelenkes**
- 9 Winkel und Achsen im Hüftbereich**
- 11 Bewegungsumfang des Hüftgelenkes**
- 13 Topographie der Hüftmuskulatur**
- 14 Funktion der Hüftmuskulatur**

Biomechanik

- 20 Beanspruchung des Hüftgelenkes**
- 20 Kräfteeinwirkung**
- 22 Entlastung des Hüftgelenkes**

Hüftprothese

- 23 Zielsetzung des Hüftgelenkersatzes**
- 23 Prothesenkomponenten**
- 24 Indikationen zur Hüftprothese**

Operation

- 25 Präoperative Vorbereitung**
- 25 Implantation einer Prothese**
- 25 Hüftzugänge**
- 27 Prothesenverankerung**
- 28 Komplikationen**

Physiotherapie

32 Zielsetzung

Gangschule

- 33 Physiologisches Gangbild**
- 34 Richtlinien für einen ökonomischen Gang**
- 36 Gelenkbewegungen während eines Gangzyklus**
- 39 Muskelaktivitäten während eines Gangzyklus**
- 40 Pathologische Gangbilder**

Perioperative Physiotherapie

- 41 Präoperative Behandlung**
- 42 Postoperative Behandlung**
 - Übungsbeispiele in unbelasteter Phase*
- 45 Kräftigung der Hüftextensoren**
- 48 Kräftigung der Hüftabduktoren**
- 49 Kräftigung der Bauchmuskulatur**
- 51 Dehnübung des M. rectus femoris**
- 52 Mobilisation des Schwungbeines, Stabilisation des Standbeines**
- 52 Paralleles Abrollen mit Sohlenkontakt**
- 53 Aktive Extension im Hüftgelenk**
- 53 Einfaches Abrollen in Schrittstellung**
- 54 Aktive Flexion des Hüftgelenkes**
- 54 Auslösen eines Schrittes**
- 55 Übungsbeispiele in belasteter Phase**
- 55 Kräftigung des Quadrizeps**
- 56 Kräftigung der Hüftabduktoren**
- 56 Stabilisation von Hüfte und LWS in Extension**

59 Verhalten im Alltag

60 Sportliche Aktivitäten

61 Sachregister

63 Literatur