

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
- 44** *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
