

Inhaltsverzeichnis

1	Einführung	1			
2	Grundlagen	5			
	Terminologie	5			
	Materialeigenschaften des Bindegewebes	6			
	Die Bedeutung des Tensegrity- Modells	7			
	Plastizität – Die Formbarkeit des Bindegewebes	9			
3	Prinzipien der Behandlungspraxis	13			
	Inneres Gleichgewicht des Therapie- ten als Basis der Wahrnehmung	13			
	Präsenz des Therapeuten	14			
	Therapeutisch effiziente Berührung ..	14			
	Der Gebrauch der Hand – Technik des Kontakts	15			
	Direkter Einsatz der Fingerspitzen im Bereich der Oberflächenfaszie ..	17			
	Direkter Einsatz der Handfläche ..	18			
	Indirekter Einsatz der medialen Fingerkante der beiden Zeige- finger	19			
	Indirekter Einsatz der gekrümmten Fingerrücken beider Hände	19			
	Direkter kleinflächiger Einsatz der zweiten Fingerglieder	19			
	Großflächiger Einsatz der ersten Fingerglieder zur direkten Dehnung	19			
	Flächiger Einsatz beider Hand- flächen	21			
	Punktuellem Kontakt bei der Behand- lung kleiner Membraneinheiten ..	22			
	Globaler Kontakt mit Membran- schichten im Inneren des Kraniums bzw. des Wirbelkanals	23			
	Kombinierter Kontakt mit der Oberflächenfaszie und der Membran- konstruktion des Brustkorbs	23			
					Indirekter Einsatz beider Hände zur Behandlung der Zwischenknochen- membran des Unterschenkels
					24
					Indirekter Einsatz der Fingerspitzen am Periost des Knochens
					24
					Direkter Einsatz der Ulna an den großen Bändern des Beckens
					25
					Unterstützung der inneren Form im Bereich des Brustraums: Der „natürliche Tisch“
					26
					Grundregeln der Faszien- und Membrantechnik
					27
4	Formbezogene Behandlungstechniken	29			
4.1	Atmung	29			
	Die Atmung als zentrale Kraft der Formentwicklung	29			
	Räumliche Beziehungen der Rumpfssegmente	33			
	Anatomie der signifikanten Faszien und Membranen des Atemraums ...	35			
	Untersuchung der Atembewegung ..	38			
	Beurteilung des Übergangs zwischen Abdominalraum und Thorax	38			
	Beurteilung der Verbindung zwischen Innen- und Außenkonstruktion ...	39			
	Beurteilung des Übergangs zwischen oberem Brustraum und Halsbereich in sagittaler Ebene	41			
	Beurteilung der Atembewegung im unteren Beckenraum	42			
	Beurteilung der Atembewegung im retroperitonealen Raum	43			
	Beurteilung der Übertragung der Atembewegung in das Kranium ..	44			
	Behandlung des Faszienetzes des Atemraums	44			
	Behandlung der Oberflächenfaszie und Interkostalmembranen	44			
	Behandlung des oberen Abschnitts der Faszie des Rectus abdominis ..	45			

VIII Inhaltsverzeichnis

Behandlung der Faszien­grenze zwischen M. serratus anterior und M. obliquus abdominis	46	Behandlung des Übergangs zwischen Brustwirbelsäule und Halswirbelsäule sowie zwischen Halswirbelsäule und Kranium	64
Behandlung der Sternoklavikular- Verbindung	47	Behandlung der Lendenlordose am Übergang zum Beckenraum	66
Behandlung des posterioren Abschnitts der Skalenusfaszie	47	Behandlung der Steilstellung der Lendenwirbelsäule	66
Behandlung von Adhäsionen der Pleura im oberen Brustraum	49	Behandlung der posterioren Becken­kip­pung über die myofas- zialen Spannungszüge an der Rückseite der Oberschenkel	67
Behandlung des Sternums und des M. transversus thoracis	50	Kombinierte Behandlung der posterioren Becken­kip­pung und des beidseitigen Out-Flare des Iliums . .	70
Spezifische Einwirkung auf das Mediastinum	50	Behandlung der Steilstellung der Brustwirbelsäule	71
Behandlung des thorakozervikalen Übergangs	52	Behandlung der verstärkten Kyphose der Brustwirbelsäule	72
Behandlung der myofaszialen Strukturen zwischen oberem Brustraum und oberem Rücken- abschnitt	52	Koordinative Behandlung der stark ausgeprägten Brustwirbelsäulen- kyphose	73
Behandlung des myofaszialen Komplexes am lateralen Thorax . .	54	Behandlung des chronisch über- streckten Nackens	74
Behandlung der faszialen Verbindung zwischen Brustraum und Schultergürtel	54	Behandlung chronisch verkürzter myofaszialer Schichten des Nackens	75
Behandlungstechniken für das Zwerchfell und angrenzende Membranen	55	4.2 Myofasziale Behandlung der Skoliose	76
Behandlung der oberen Zwerchfellgrenze	55	Skoliosebehandlung im Säuglings- alter und bis zum 3. Lebensjahr . .	78
Behandlung der unteren Zwerchfellgrenze	57	Skoliosebehandlung beim Erwachsenen	79
Simultane Behandlung der Zwerchfellkuppeln	57	4.3 Der Schultergürtel – die Brücke zur oberen Extremität	79
Behandlung der Relation zwischen der Leber und der rechten Zwerchfellkuppel	59	Aspekte der Form	79
Behandlung des Magens in seiner Relation zur linken Zwerchfellkuppel	60	Anatomie der Faszien	80
Behandlung der Relation von Leber, Magen, Zwerchfell und Pleura . . .	61	Untersuchung der Schulterregion . . .	82
Behandlung des Atmungsmusters über global ansetzende Wirbel- säulentekniken	62	Schultertest in Rückenlage	84
Behandlung der Krümmungen von Hals- und Brustwirbelsäule	63	Schultertest in Seitenlage nach Barral	84
		Behandlungstechniken	85
		Behandlung der Faszie des M. pectoralis minor im Verhältnis der faszialen Umscheidung des M. latissimus dorsi	85

Behandlung der Fascia infraspinata	86	Schritt 4: Spezifische Einwirkung auf die Passage des N. medianus im Ellbogengelenk bei gleich- zeitiger Dehnungswirkung am Karpaltunnel	105
Behandlung der Faszie des M. subclavius	87	Schritt 5: Behandlung des Retinaculum flexorum	106
Behandlung des M. subclavius nach Barral	88	Schritt 6: Direkte Einwirkung auf den N. medianus unterhalb des Karpaltunnels	107
Behandlung der Fascia supraspinata	89	Techniken zur Behandlung des fortgeschrittenen Karpaltunnel- syndroms	109
Behandlung der Fascia infraspinata und der Fascia supraspinata	90	Technik zur Behandlung der Aponeurosis musculi bicipitis brachii	109
Ergänzende Bemerkungen	91	Behandlung der Faszienverbindung der Handfläche	110
4.4 Obere Extremität: Oberarm – Unterarm – Hand	92	Gleichzeitige Behandlung der Zwischenknochenmembran und der intermuskulären Septen des Vorderarms	111
Aspekte der Form	92	Ergänzende Bemerkungen	112
Anatomie der Faszien und Membranen	93	4.5 Untere Extremität: Oberschenkel – Unterschenkel – Fuß	113
Behandlungstechniken	95	Aspekte der Form	113
Behandlung der oberflächlichen Faszienschicht nach Ida Rolf	95	Anatomie der Faszien des Oberschenkels	115
Behandlung der intermuskulären Septen des Oberarms	96	Behandlungstechniken	117
Behandlung der Fascia antebrachii nach Ida Rolf	96	Behandlung der Fascia lata (laterale Schicht)	117
Behandlung der Zwischenknochen- membran des Vorderarms	97	Behandlung der Fascia lata (posteriore Schicht) und der Faszien der Mm. biceps femoris, semimem- branosus und semitendinosus	117
Behandlung der Faszien und der tiefen Faszienräume an der Beugeseite der Hand	99	Behandlung der Tiefenschicht des Tractus iliotibialis in Verbindung mit dem Sitzhalfter	119
4.4.1 Die Behandlung des Karpaltunnel- syndroms	99	Behandlung der Fascia lata (mediale Schicht) und der Gruppenfaszie der Adduktoren	120
Konzeptueller Hintergrund	99	Behandlung der anterioren Schicht der Fascia lata in Kombination mit der posterioren Schicht	122
Methodische Überlegungen	101	Anatomie der Faszien des Unter- schenkels und des Fußes	122
Anatomische Gegebenheiten	101		
Untersuchung	102		
Behandlungstechnik	103		
Schritt 1: Behandlung des Fasziennetzes der Schulter- Armverbindung	103		
Schritt 2: Behandlung des Gewebe- betts der Abzweigung des N. me- dianus vom Hauptnervenstrang	104		
Schritt 3: Behandlung des Übergangs zwischen Oberarm und Unterarm mit gleichzeitiger spezifischer Einwirkung auf die Radices des N. medianus	104		

Behandlungstechniken für die Scharnierachsen auf Höhe des Sprung-, Knie- und Hüftgelenks	124	Behandlung von Bewegungseinschränkungen der unteren Halswirbelsäule	145
Behandlung des Sprung- und Kniegelenks mit Scharnierachsenteknik in drei Schritten	125	Behandlung der Atlanto-Okzipital-Verbindung	146
Behandlung der Oberflächenschicht der <i>Fascia cruris</i>	128	Behandlung der Membranverbindungen zwischen Axis, Atlas und Os okzipitale	148
Behandlung der Zwischenknochenmembran des Unterschenkels	129	Behandlung der Iliosakralgelenke über die Band- und Membranverbindungen des Beckenraums	148
Behandlung der <i>Fascia cruris profunda</i> im übergreifenden Faszienkontext	131	Mobilisierung des kaudalen Abschnitts der Iliosakralgelenkfuge	149
4.5.1 Die Behandlung des Hüftgelenks bei beginnender Arthrose	132	5.2 Bandscheibenprotrusionen	151
Anatomie der Faszien und Membranen im Bereich des Hüftgelenks	133	Behandlung von Bandscheibenprotrusionen im Bereich der unteren Lendenwirbelsäule	152
Behandlungstechniken	134	Behandlung der lumbalen Bandscheibenvorwölbung im retro-medialen Bereich nach Barral	153
Behandlung der myofaszialen Spannungszüge, die sich auf den <i>Ramus ossis ischii</i> übertragen	134	Behandlung der lateralen Bandscheibenvorwölbung im Bereich des Nackens	154
Behandlung des myofaszialen Komplexes der Rotatorengruppe	135	Behandlung der retromedialen Vorwölbung der Bandscheibe im Bereich der Halswirbelsäule	156
Behandlung des Bindegewebspolsters in der <i>Fossa acetabuli</i> und des <i>Lig. capitis femoris</i>	136	Behandlung von Bandscheibenvorwölbungen im Bereich der Brustwirbelsäule	158
Ergänzende Behandlungstechniken	138	5.3 Das Kreuzbein-Steißbeingelenk	159
5 Spezielle Gelenktechniken	141	Anatomie des Steißbeins und angrenzender Strukturen	160
5.1 Wirbelgelenke	141	Untersuchung	161
Behandlung von Bewegungseinschränkungen von Wirbelgelenken der Brustwirbelsäule	141	Untersuchung der Zugwirkung des anterior fixierten Steißbeins auf das unterste Kreuzbeinsegment	161
Behandlung von Rippenwirbelgelenken im mittleren Bereich der Brustwirbelsäule	141	Untersuchung der anterioren Fixierung des Steißbeins und seiner Verlagerung nach anterior	162
Behandlung der unteren drei Rippenwirbelgelenke	143	Untersuchung der lateralen Fixierung während der Lateral-flexion des Rumpfs	164
Behandlung von Bewegungseinschränkungen der oberen Lendenwirbelsäule	143	Behandlungstechniken	164
Dekompressionstechnik für den Übergang zwischen unterer Lendenwirbelsäule und Kreuzbein	144	Behandlung der lateralen Fixierung	164

	Behandlung der anterioren Fixierung	165		Behandlung der Bewegungsrelation zwischen Peritonealraum und Retroperitonealraum	188
	Funktioneller Ansatz zur Behandlung des Kreuzbeinsteißbeingelenks im Kontext der Muskelaktivität der Beckenbodenmuskulatur	167		Behandlung der Bewegungsrelation zwischen Peritonealraum und Subperitonealraum	190
	Gleichzeitige Behandlung der anterioren und seitlichen Fixierung	168		Behandlung der Bewegungsrelation zwischen oberem Brustraum und anteriorem Halsbereich	191
	Behandlung der im Lendenbereich angrenzenden Faszienschichten	170	7	Behandlung des Kiefergelenks und des kraniosakralen Systems	195
5.4	Fußgelenke	171		Anatomie der Faszien	196
	Behandlung der Gelenkverbindung zwischen Talus und Calcaneus	172		Anmerkungen zur Diagnostik	198
	Behandlung der Gelenkverbindung zwischen Os naviculare und Talus	172		Biomechanik des Kiefergelenks	199
	Behandlung der Gelenkverbindungen zwischen Os cuboideum und Calcaneus	173		Behandlung des Kiefergelenks	200
	Behandlung der intraossären Spannung des Calcaneus	174		Erster Schritt: Behandlung des thorakozervikalen Übergangs	200
6	Viszerale Techniken im myofaszialen Kontext	177		Zweiter Schritt: Gleichzeitige Einwirkung auf die Außen- und Innenkonstruktion des Kraniaums im Bereich der Sutura sagittalis	201
	Mobilität und Motilität der Organe	177		Dritter Schritt: Behandlung der Faszienschicht des M. temporalis	203
	Behandlung der Mobilität der Leber nach Barral	179		Vierter Schritt: Behandlung des Ansatzes des M. temporalis am Unterkiefer	204
	Behandlung der Motilität der Leber bei einer Fixierung im Inspir	180		Fünfter Schritt: Behandlung der räumlichen Relation zwischen Oberkiefer und Schädelbasis und Nacken	204
	Behandlung der in Expir fixierten Leber	182		Sechster Schritt: Korrektur des einseitig fehlenden oder reduzierten Vorschubs	205
	Behandlung der Motilität der Lungen	182	7.1	Die Behandlung nach Einsetzen von Implantaten im Bereich des Oberkiefers	206
	Behandlung der Mobilität der Niere in Relation zum M. psoas	184		Anatomie des Os palatinum	207
	Stabilisierung des Peritonealraums im Verhältnis zum retro- und subperitonealen Raum	184		Technik des operativen Eingriffs	209
	Zusammenfassende Aspekte	187		Behandlung der einseitigen Bewegungseinschränkung des Oberkiefers	211
	Die Bedeutung der Innenräume des Rumpfes	188			
	Dynamik des Beckenraums	188			

8	Behandlung des Fasziens- und Membransystems nach Schleudertrauma	213	9	Behandlung nach Schwangerschaft und Geburt	227
	<i>Mechanik des Schleudertraumas</i>	213		Behandlung verkürzter myofaszialer Schichten im Bereich des Unterschenkels	228
	Untersuchung des Schleudertraumas	214		Behandlung der myofaszialen Spannungsmuster des Oberschenkels	229
	General Listening im Stehen (nach Barral)	216		Behandlung der Faszie des M. transversus abdominis und der räumlichen Relation intraperitonealer und retroperitonealer Bauelemente	229
	General Listening im Sitzen (nach Barral)	216		Zusammenfassende Aspekte	231
	General Listening im Sitzen von anterior (nach Barral)	216		Schlussbemerkung	232
	Alternativtest zu Barrals General Listening	218		Literaturverzeichnis	233
	General Listening nach Jean-Pierre Barral	219		Register	235
	Behandlung des Schleudertraumas	220			
	Behandlung der veränderten Zugwirkung der Dura mater über die Mobilisierung des zweiten Kreuzbeinsegments	221			
	Behandlung des Schockmusters im Bereich des Zwerchfells	223			
	Behandlung des Übergangs zwischen oberem Brustraum und unterer Halsregion	224			
	Behandlung des Übergangs zwischen oberer Halswirbelsäule und Kopf	225			