

Sachverzeichnis

A

Abrißfraktur 39
 abweichender Verlauf 60
 AC-Gelenk 19
 – Siehe auch Akromioklavikulargelenk
 AC-Gelenksluxation 235
 Active-Compression-Test 96–97
 Adenosindiphosphat 40
 Adhäsion 40
 aerobe Ausdauer 46
 afferente Informationen 144
 Agility-Training 152
 akromiohumale Distanz (ACHD) 292
 Akromioklavikulargelenk 16, 19, 97, 235
 – Test 86
 Akromionfraktur 230
 Aktin-Myosin-Skelett 40
 aktive Bewegungsuntersuchung 74
 aktives Subsystem 27
 aktivitätsorientierter Funktionstest 102, 173
 Akzelerationsphase 36, 169
 Anamnese 60, 67
 anatomische Barriere 141
 Angiogenese 43
 Angulus inferior 168
 Anmeldung 59
 Anterior-posterior-Drawer-Test 99
 anteroinferiore Schulterinstabilität 98, 289, 299
 anteroposteriore Aufnahme 216
 a.-p.-Aufnahme 216
 Apprehension 223, 289
 Apprehension Relocation 262
 Apprehension-Test 98, 224
 Art. acromioclavicularis 19
 Art. glenohumeralis 16
 Arthrodesis 229
 Arthrose 227
 Arthrosis deformans 227
 Art. scapulothoracalis 17
 Art. sternoclavicularis 18
 Ausdauer, aerobe 46
 Ausgangshaltung 149, 175
 Ausholbewegung 36
 Außenrotationslag 215
 Außenrotations-Lag-Zeichen 94
 Automobilisationstechniken 121
 Avulsionsfraktur 39
 axiale Aufnahme 216

B

Back Extension 180
 Bankart-Läsion 242
 Bankart-Läsion 25, 223
 Bankart-Repair 225, 292
 Barbell Calf Raises 179
 Barbell Rotation 180, 288
 Basalganglien 147
 Basic Squat 176
 Bauchpressentest 245
 Behandlung, physiotherapeutische 62

Behandlungsplan 61, 130
 Beighton-Score 245
 Belastungsvariablen 140–142, 149, 174
 Belastungsverformungskurve 137, 142
 – Fußbereich 137, 148
 – linearer Bereich 138
 – passiver Dehnungsbereich 138
 – Verletzungsbereich 138
 Belly Press 193
 Belly-Press-Test 94, 215, 245
 Bench Press 269, 271–272
 Bench Press Barbell 203
 Bench Press Dumbbell 203
 Bend Over Barbell Row 187
 Bend Over Dumbbell Row 187
 Bend Over Extension Row 188
 Beweglichkeit, Rehakreis 138
 Bewegungsablauf, Analyse 173
 Bewegungsangst 155
 Bewegungsausschlag 149, 155, 175
 Bewegungsmuster der Schulter 49
 Bewegungsrhythmus 140, 149, 155, 175
 Bewegungstraining 148
 Bewegungsuntersuchung
 – aktive 74
 – passive 79
 Bewegungsverlauf 149, 155, 175
 Biceps Concentration Curl 194
 Biceps Load 262
 Bindegewebe 135
 – mechanische Eigenschaften 136
 – Reaktion auf Belastungen 136
 biopsychosoziales Modell 109
 Bizepssehne, lange 25, 96
 Bizepssehnen-Pulley 27
 Bizepssehnenreflex 93
 Bizepssehnenruptur 73
 Black Flag 60, 69
 Blue Flag 60, 69
 Blutkoagel 40
 Blutkoagulation 40
 Bristow-Verfahren 292
 Brodmann-Areale 145
 Bursa subdeltoidea 116
 Bursatechnik 117
 Bursitis 214

C

Calf Raise 179
 Calor 41
 Capsulitis adhaesiva 214–215
 Caput humeri 16
 Caput longum 25
 Caring 58, 109
 Cavitas glenoidalis 16
 Chondroblasten 43, 135
 Chondroitinsulfat 44
 Closed-Loop-Strategie 146
 Collum chirurgicum 232
 Conjoint Tendon 292
 Conjoint-Sehne 225
 Creep 137–138
 Cross Body Stretch 122
 Cross Body Test 97

Crosslinks 46
 Crunches 182

D

DASH 70
 Deadlift 178
 Débridement 228
 Deep Squat 177
 Dehnen, kapsuläres 279
 Dehnen, therapeutisches 141
 Dehnungsgeschwindigkeitsabhängigkeit 137, 142
 Dehnungsrückstand 136, 140
 Dehnungsverkürzungszyklus 162, 165
 Deltoid-Extension-Lag-Zeichen 95–96
 Detonisierung 112
 Dezelationsphase 38
 Diagnose, physiotherapeutische 61, 106, 171, 246
 Diagnostik 67
 Disabilities of Arm, Shoulder and Hand 70
 Dokumentation 62
 downward rotation 32
 Dropping-Zeichen 94–95
 Dumbbell Calf Raises 179
 Dumbbell Drop 164
 Dumbbell Lunge 178
 Dumbbell Squat 177
 Dumbbell Squat Lunge 177
 Dynamometer 88

E

efferente Antwort 145
 Ehlers-Danlos-Syndrom 223
 Einflussfaktoren, gesundheitsbezogene 60
 Einsatztraining 270
 Eis 40
 Eisanwendung, Schmerzlinderung 42
 elastische Fasern 141
 elastische Verformung 138
 Elastizität 136
 Elevated Arm Exercise Test (EAST) 92
 Elevation 40, 43
 Ellenbogen, Screening 87
 empirische Evidenz 38
 Entzündung
 – vaskuläre Phase 40
 – zelluläre Phase 40–41
 Entzündungsmediatoren 41
 Entzündungsphase 40, 134, 143
 – Physiotherapie 42
 Entzündungsprozess 41
 Entzündungszeichen 41
 Erwärmung 41
 Evaluation 63
 Evidence-Based-Physiotherapie 38
 Evidenzquellen 38
 – nach Sackett 62
 experimentelle Evidenz 38

External Rotation Lag Sign 215
 exzentrisches Bremsen 164

F

Fast-Twitch-Fasern 146
 Fasziendehnung 127
 Faszientrenntechnik 127
 Federungstest 87
 Fibroblasten 43, 135
 Finger-Zeichen 97
 Flaggen 60
 Flaggensystem 69
 Flies 204
 Floating Shoulder 232
 Formatio reticularis 145
 Fragebogen 70
 – funktionsbezogene 173
 freie Nervenendigungen 144
 Front Lunge 178
 Front Plank 182
 Front Pull-down 207
 Front Raise 196, 244
 Front Squat 177
 Front Squat Lunge 177
 Frozen Shoulder 54, 68, 214–215, 273, 275
 Früharthrose 226
 Functio laesa 40
 funktionsbezogene Fragebogen 173
 Funktionsmassage 125
 Funktionstest, aktivitätsorientierter 102, 173
 Fußballwurf 298
 Fußbereich (Belastungsverformungskurve) 148

G

Gagey-Test 224
 Gap Junction 41
 Gelenksprengung 73
 Gelenktoilette 228
 Gelenkversteifung 229
 gesundheitsbezogene Einflussfaktoren 60
 GIRD 171
 Gleitfläche, subakromiale 20
 glenohumale Abduktion
 – Mobilisation 114
 – Test 82
 glenohumale Außenrotation, Test 83, 85
 glenohumale Extension, Test 84
 glenohumale Flexion
 – Mobilisation 114
 – Test 82
 glenohumale Innenrotation, Test 84
 glenohumale Instabilität 223
 glenohumale Kraftmessung 89
 glenohumale Mobilisation 114
 glenohumale Rotation, Mobilisation 116
 glenohumale transversale Abduktion, Test 85–86

glenohumerales Innenrotationsdefizit 171
 Glenohumeralgelenk 16
 Glenoidfraktur 231
 Glenoid-Track-Konzept 226
 Global Perceived Effect Scale (GPES) 63
 globale quantitative Bewegungsuntersuchung 79
 globales System 147
 Glute Bridges 183
 Glykosaminoglykan 44
 Golgi-Mazzoni-Körperchen 144
 Golgi-Sehnenorgan 144, 146
 Goutallier 216
 Grundlagenausdauer 46
 Grundsubstanz 44
 Grundsubstanzbelastung 138, 148–149

H

Hack Squat 177
 Haltungstraining 147
 Hämorrhagie 39
 Hämostase 39
 – Physiotherapie 40
 – primäre 40
 – sekundäre 40
 Hand, Screening 87
 Hand-auf-Rücken-Position 306
 Hand-Dynamometer 88
 Händigkeit 67
 Hand-zu-Mund-Test 215
 Hawkins-Kennedy-Test 101
 Hemiprothese 229
 High Deadlift 179
 High Lunge 178
 High Sitting Front Raise 251
 High Sitting Good Morning 251
 High Squat 177
 High Squat Lunge 177
 Hill-Sachs-Läsion 25, 52, 226
 hintere Schulterinstabilität (hSI) 223
 Hippokampus 147
 Hirnstamm 145, 147
 Hirnstammtraining 150
 Horizontal Squat 177
 Hornblower-Test 245
 Hornblower-Zeichen 95, 215
 Hornnussen 280
 hSI, *siehe* Schulterinstabilität
 Humerusfraktur
 – proximal 232
 – subkapital 52, 232
 Humeruskopf 168
 – Fraktur 232
 – Nekrose 233–234
 HWS, Screening 87
 Hyaluronsäure 44
 Hyperabduktionstest 99
 Hyperlaxizität 57, 99
 Hysterese 136, 140

ICF 59
 Ideberg-Klassifikation 230
 illness beliefs 63
 Imbalanced Stiffed Leg Deadlift 179
 Impingement 52
 – subakromiales 52
 Impingement-Syndrom 21
 – subakromiales 101
 Incline Bench Press 269, 271–272
 Incline Overhead Dumbbell Triceps Extension 209
 Inferior Winging 168
 Infraspinatus Lag Sign 262
 Infraspinatussehne 256, 273
 – Ruptur 215
 Inspektion 72, 215
 instabile Schulter 57
 Instabilität
 – glenohumerale 223
 – posteroinferiore 98
 Integrationsphase 47
 Integrin 44
 Internationale Klassifikation der menschlichen Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit (ICF) 59
 Intervallschlinge 27
 inverse Totalprothese 230

J

Jerk-Test 86, 98
 Jobe-Test 215

K

Kapselraffung 225
 Kapselrekonstruktion, superiore (SCR) 218
 kapsuläres Dehnen 279
 kaudal-ventrales Gleiten der Skapula, Test 81
 Kennmuskeln 93
 Keystone Deadlift 179
 Kinästhesie 144
 kissing coracoid 23
 Klaviertastenphänomen 20
 Klavikula-Beweglichkeit 80
 Klavikulafraktur 232
 Klavikulaschaftfraktur 232
 Kleinhirn 145, 147
 Knochenaugmentationsverfahren 225
 Knochenblockverfahren 225
 Koagel 40
 Kollagen 44–46
 – Typ I 149
 – Typ III 148
 Kollagenase 44
 Kollagendichte 46
 Kollagenfasern 44, 141
 – Belastung 149
 Kompression 40
 Kontraktionsphase 43
 konzentrisches Beschleunigen 162
 Koordination
 – motorische Grundeigenschaft 143

– Rehakreis 143, 148
 – Rehamethoden 148
 Koordinationsgewicht 158
 Korakoidfraktur 230
 Korakoid-Knochenblock 225
 korakoklavikuläres Impingement 52
 Kraftmessung 245
 – glenohumeral 89
 – Schultermuskulatur 88
 – skapulothorakal 91
 Krafttraining 153
 Krankheitsvorstellungen 63
 kriterienbasierte Physiotherapie 39
 kriterienbasierte Rehabilitation 293

L

Lag-Zeichen 79, 95, 215, 245
 lange Bizepssehne 25, 96
 Lat Pull-down 206
 Latarjet, Stabilisierung 225–226
 Latarjet-Operation 292
 Latarjet-Verfahren 227
 Late-cocking-Phase 36
 Lateral Raise 199
 laterales Schlüsselbeingelenk 19
 Laxität 99
 Leukozyten 41
 Level of Irritability 273
 Lift-off-Test 94, 215
 Lig. transversum humeri 27
 lokales System 147
 Lunge 178
 Luomajoki, Wirbelsäulentests 244
 Lying Dynamic Rotatory Stability 194
 Lying Triceps Extension 209

M

M. biceps, tief liegend 73
 M. biceps brachii 96, 172
 – Caput brevis 225, 292
 – Caput longum 25, 173
 – Muskelreaktionszeit 169
 – tief liegend 73
 M. deltoideus 93, 95, 169, 172
 – Atrophie 73
 M. infraspinatus 94–95, 168, 172, 245, 248
 – Atrophie 73
 – Sehnenruptur 215
 M. latissimus dorsi 169, 172, 204
 M. levator scapulae 172
 M. pectoralis major 169, 172, 203
 M. pectoralis minor 172, 248
 M. serratus anterior 172, 249
 M. subscapularis 94, 168, 172, 245, 262
 M. supraspinatus 93, 169, 172, 245
 – Atrophie 73
 M. teres minor 95, 168, 172, 245
 – Sehnenruptur 215
 M. trapezius
 – Pars ascendens 172, 249
 – Pars descendens 172, 248
 – Pars transversus 172
 M. triceps 208

Makrophagen 40–41
 Mandelkern 147
 Marfan-Syndrom 223
 Maturationsphase 134, 143
 maximally voluntary contraction, MVC 146
 Medial Winging 168
 mediales Schlüsselbeingelenk 18
 Medulla oblongata 145
 mehrdimensionales Modell der Belastung und Belastbarkeit 132
 Mesenzephalon 145
 Military Press Dumbbell 201
 Mimori-Test 262
 Mittelhirn 145
 Mm. rhomboidei 172
 Mobilisation
 – 1. Rippe 121
 – glenohumeral 114
 – glenohumerale Abduktion 114
 – glenohumerale Flexion 114
 – glenohumerale Rotation 116
 – skapulothorakales System 112
 Mobilisationstechniken
 – Automobilisation 121
 – glenohumerale Mobilitätseinschränkung 112
 – skapulothorakale Mobilitätseinschränkung 117
 Mobilisatoren 146–147
 modifizierter Sleeper Stretch 122
 motorische Einheit 153
 motorische Grundeigenschaft
 – Auswahl 174
 – Koordination 143
 motorische Kontrolle 146
 motorischer Kortex 145, 147
 Muskeldehnungsreflex 145
 Muskelkraft, Prüfung 245
 Muskelschlingen 31
 Muskelspindeln 144
 MVC 146
 myofasziale Veränderungen 87
 Myofibroblasten 43

N

N. accessorius 77
 N. axillaris 73, 224, 234
 N. thoracicus 77
 Narbenbildung 46
 Narbengewebe 140
 Neck Press 202
 Neer-Aufnahme 216
 Neer-I-Hemiprothese 228
 Neer-Klassifikation 233
 Neer-Test 101, 215
 neurales Subsystem 34
 neurale Schuleramyotrophie 68
 neuromuskuläres System 143
 Neuroplastizität 263, 269
 neurovaskuläre Kompression, Test 92
 neutrophile Granulozyten 40
 normaler Verlauf 60
 Noziplastizität 263
 NRS 68
 Numeric-Rating-Scale 68

O

Oberarmkopfprothese 229
 objektive Qualitätskriterien 250
 O'Brien 96
 O'Brien-Test 96–97
 Omarthrose 214, 227
 One Leg Calf Raises 179
 Open-Loop-Strategie 146
 optimale Belastung 40
 Orange Flag 60
 Organisationsphase 46
 Osteoblasten 43, 135
 Overhead Triple Locking 123
 overuse 67

P

Pacini-Körperchen 144
 Painful Arc 21–22, 57, 101, 259–260, 267
 Palm-up-Test 92, 96
 Paratenon 257
 Paratenonitis 257
 Pareseskala des Medical Research Council (MRC) 245
 Parsonage-Turner-Syndrom 68
 passive Bewegungsuntersuchung 79
 passive physiotherapeutische Intervention 45
 passives Subsystem 23
 Patient Education 42, 69, 109
 patient-centered treatment 58
 Patientenaufklärung 109
 patientenspezifische Funktionsskala 71, 173, 242
 patientenzentrierte Behandlung 58–59, 63, 109, 135
 patientenzentrierte Kommunikation 109
 patientenzentriertes Arbeiten 135
 Physiologik 109
 physiologische Evidenz 38
 physiotherapeutische Behandlung 62
 physiotherapeutische Diagnose 61, 106, 171, 246
 physiotherapeutische Untersuchung 61
 physiotherapeutischer Qualitätszyklus 58
 piezoelektrischer Effekt 45, 136
 Pivoters 36, 134, 168, 172, 184
 Plastizität 136
 Plexus brachialis 93
 Plyometrie 165
 POLICE-Schema 40, 134
 Pons 145
 Popeye-Zeichen 73, 96
 Positioners 36, 134, 169, 172, 196
 posterior tightness 100
 posteroinferiore Instabilität 98
 Preparators 36, 134, 170, 176
 Press-up 184
 Prestretch 165
 Prioritäten, problematische Handlungen 173
 Proc. coracoideus 22
 Produktionsphase 143
 Proliferationsphase 43, 143

– Interventionsmöglichkeiten 130
 – Physiotherapie 45
 Prone-I 191
 Prone-L 190
 Prone-T 190
 Prone-W 189
 Prone-Y 191
 Propellers 30, 36, 134, 169, 172, 203
 Propriozeption 111, 144
 Propriozeptoren 144
 Protectors 36, 134, 168, 172, 192
 Protektion 40, 42
 Protraktionsstellung 72
 Provokationstest 88, 96
 proximale Humerusfraktur 232
 Pseudoparalyse 215
 PSFS 71
 – *Siehe auch* patientenspezifische Funktionsskala
 pulley 27
 Pull-over 204
 Push-up with a Plus 184, 186, 297

Q

Qualitätskriterien 139, 149, 155, 174, 250
 – objektive 111
 – subjektive 111
 Qualitätszyklus, physiotherapeutischer 58
 Quantitätskriterien 149, 174
 Quick-DASH 70

R

Realignment 46
 Red Flag 60, 69
 Referred Pain 69
 Reflexe 93, 151
 Reflexhemmung 170
 Rehabilitationsmethoden, Auswahl 174
 Rehakreis, Koordination 143, 148
 Rehamethoden, Koordination 148
 Reifungsphase 47–48, 143
 Reintegration, sensomotorische 47
 Rekrutieren für Geschwindigkeit 156
 Rekrutieren für Gewicht 156
 Relocation-Test 98
 Remodellierungsphase 39, 143
 Remplissage 226
 Retraktionsstellung 72
 Reverse Flies 188
 Reversed Size Principle 154
 Rhythmus, skapulothorakaler 33
 1. Rippe
 – Mobilisation 121
 – Screening 87
 Rippen, Screening 88
 RMR, *siehe* Rotatorenmanschettenruptur
 Rocking Triceps Push-down 208
 Rockwood-Klassifikation 20, 236
 Roman Chair 180
 – with Flexed Knee 181
 Röntgenuntersuchung 216
 Roos-Test 92
 Rotationskraft, Messung 49

Rotatorenintervallschlinge 27
 Rotatorenmanschette 27, 30, 93, 96, 214
 – Funktionstest 215
 – Tendinose 257
 Rotatorenmanschettenrekonstruktion 216
 Rotatorenmanschettenruptur 214, 280–281
 Rötung 41
 Rubor 41
 Rückenmark 145, 147
 Ruffini-Körperchen 144

S

Sackett, Evidenzquellen 62
 Sattelgelenk 18
 Scaption Raise 197–199
 Scaptions 269
 Scapula alata 33, 73
 Scapula défense 56
 Scapular Assistance Test 78
 Scapular Rehabilitation Algorithm 169
 Scapular-Assistance-Test 21
 Scapular-Reposition-Test 21
 Scheuermann-Krankheit 263
 Schlagbewegungen 169
 Schlüsselbeingelenk
 – laterales 19
 – mediales 18
 Schmerzen, übertragene 69
 schmerzhafter Bogen 21
 Schmerzhemmung 169
 Schmerzlinderung, Eisanwendung 42
 Schmerzsyndrom, subakromiales 21, 101
 schnelle elastische Verformung 140
 Schnellkraft 161
 Schubladentest 99–100, 245
 Schulter
 – Bewegungsmuster 49
 – Frozen Shoulder 54
 – instabile 57
 – normal bewegliche 50
 – spastische 56
 Schulterblatt-Thorax-Gelenk 17
 Schultereckgelenk 19
 Schultereckgelenkssprengung 235
 Schultergelenk 16
 Schultergürtel, Anatomie 16
 Schulterinstabilität 57, 98
 – anteroinferiore 98, 289, 299
 – hintere (hSI) 223
 – traumatische anteriore 241
 – vordere (vSI) 223
 Schulterluxation 52, 57
 Schultermuskulatur, Kraftmessung 88
 Schulterprothese 228, 299
 Schulterstabilisierung, operativ 224
 Schultertotalprothese 228
 Screening 59
 screw-cut-out 234
 Seilzug 287
 Sensibilität 93
 sensomotorische Reintegration 47
 sensomotorischer Kortex 145
 Serotonin 40
 Shaping 152
 Sharapowa-Übung 304
 Shared Decision Making 61, 246
 Sharing 58, 109
 Shocking 298
 Shoulder Pain and Disability Index 70
 Shrugs 186
 SICK Scapula 22
 Side Lying External Rotation 192
 Side Lying Forward Flexion 189
 Side Lying Internal Rotation 193
 Side Plank 182
 Siesta-Position 123
 Sitting Calf Raises 179
 Sitting Incline Biceps Curl 195
 Sit-up 181
 Size Principle 154
 Skapula 33
 – Krafttests 245
 Skapula-Achselhaar-Grenze 79
 Skapula-Clock-Bewegung 306–307
 Skapuladyskinesie 33, 75, 168, 224
 Skapulafraktur 230
 Skapulahalsfraktur 231
 Skapulakörperfraktur 232
 Skapulapositionen 33
 Skapulatests 244, 261
 skapulothorakale Beweglichkeitsuntersuchung 79
 skapulothorakale Gleitfläche 16
 skapulothorakale Kraftmessung 91
 skapulothorakale Muskulatur 31, 271
 skapulothorakaler Rhythmus 33
 Skapulothorakalgelenk 17
 SLAP-Komplex 96–97
 SLAP-Läsion 25
 Sleeper Stretch, modifizierter 122
 Slow-Twitch-Fasern 146
 SOAP-Schema 62
 somatotopische Gliederung 145
 SPADI 70
 spastische Schulter 56
 Speed-Test 96
 spezifisches Training 142, 152
 sportsspezifische Erschöpfung 152
 Squat 176
 Squat Lunge 177
 SSV 72
 – *Siehe auch* Subjectiv Shoulder Value
 Stabilisatoren 146–147
 Standing Biceps Curl 195
 Statästhese 144
 Sternoklavikulargelenk 16, 18
 – Schwellung 73
 – Test 86
 Stiffed Leg Deadlift 179
 Straight Arm Pull-down 205
 Straight Arm Pull-over 205
 Strain Rate Dependence 137, 151
 Stress-Relaxation 137–138, 142
 Stress-Strain-Kurve 137
 Strömungspotenziale 45, 136
 Stufenbildung 73
 Subacromial Pain Syndrom (SAPS) 101
 subakromiale Gleitfläche 16, 20

subakromiales Impingement 52
 subakromiales Impingement-Syndrom 101
 subakromiales Schmerzsyndrom 21, 101
 Subakromialraum 20
 Subjective Shoulder Value 72
 subjektive Qualitätskriterien 250
 subkapitale Humerusfraktur 52, 232
 Subluxation 57
 Subscapularis Lag Sign 262
 Subskapularissehnenruptur 215
 Subsystem
 – aktives 27
 – neurales 34
 – passives 23
 Sulcus intertubercularis 27
 Sulkuszeichen 99, 262
 Sumo Squat 177
 Sumo Squat Lunge 177
 Superior Winging 168
 superiore Kapselrekonstruktion (SCR) 218
 Supraspinatus Lag Sign 262
 Supraspinatussehne 256, 273
 – Ruptur 215
 Synthesephase 43
 Sypoba 297

T

Tendinitis calcarea 52
 Tendinose 256, 263
 – Rotatorenmanschette 257
 Tendopathie 257
 Tendovaginitis 257
 Tenodese 96
 Tenotomie 96
 Tertiärprävention 256
 TERT-Prinzip 276
 therapeutische Beziehung 58, 109
 therapeutisches Dehnen 141
 Thoracic-Outlet-Syndrom 92
 Thorax, Screening 88
 Thromboxan 40
 Thrombozyten 40
 Thrombozytenaggregation 40
 Throw Between Legs Foreward 288
 Throw Sidewards 2-arm 288
 Tossy-Klassifikation 20
 Totalprothese 229
 – inverse 230
 Transduktion 44, 136
 Transfertraining 153
 Transferübung 103, 173, 243
 transversale Adduktion 305
 traumatische anteriore Schulterinstabilität 241
 Triggerpunktbehandlung 126, 248
 Triggerpunkte 87
 Trizepssehnenreflex 93
 Tuberculum majus 52
 TUBS 25
 Tumor 41

U

Überkopfbewegung 36
 Überlastung 149
 übertragene Schmerzen 69
 Übungen, vorbereitende 174
 Umbauphase 39, 143
 Underload 140
 Unterlast 140
 Untersuchung, physiotherapeutische 61
 upward rotation 32

V

VAS 68
 vaskuläre Phase 40
 Vasokonstriktion 40
 Verlauf
 – abweichender 60
 – normaler 60
 Viskoelastizität 136
 visuelle Analogskala 68
 vorbereitende Übungen 174
 vordere Schulterinstabilität (vSI) 223
 vSI, *siehe* Schulterinstabilität

W

Wall Slide 303
 Weichteiltechniken 124
 Weichteilverfahren 225
 Weight Calf Raises 179
 Weight Lunge 178

Weight Squat 177
 Weight Squat Lunge 177
 Werferschulter 22
 Whipple-Test 93, 215, 245
 White Flag 60
 Wide Squat 177
 Wide Squat Lunge 177
 Widerstandstests nach Kendall 262
 Windshield Wipers 181
 Winging 168
 Wirbelsäulentests nach Luomajoki 244
 Wundheilungsphasen 134
 – Dauer 130
 – Zeitspannen 39
 Wurfbewegung 36, 169

Y

Y-Aufnahme 216
 Yellow Flag 60, 69
 Yerk-Test 262

Z

zeitbasierte Physiotherapie 39
 zeitbasierte Rehabilitation 293
 zelluläre Phase 40–41
 Zercher-Lunge 178
 Zercher-Squat 177
 Zercher-Squat-Lunge 177
 Zerebellum 145
 zervikothorakale Rotation, Test 82
 Zytoskelett 44