

# Inhaltsverzeichnis

<b>1.</b>	<b>Einführung . . . . .</b>	<b>11</b>
1.1.	Geschichte der Massage . . . . .	11
1.2.	Vorbereitung der Massage . . . . .	12
1.2.1.	Voraussetzungen . . . . .	12
1.2.1.1.	Massageraum . . . . .	12
1.2.1.2.	Behandler . . . . .	13
1.2.1.3.	Patient . . . . .	15
1.2.2.	Lagerung des Patienten . . . . .	16
1.2.2.1.	Rückenlage . . . . .	16
1.2.2.2.	Bauchlage . . . . .	16
1.2.2.3.	Entspannte Seitenlage . . . . .	17
1.2.2.4.	Lagerung des Arms auf einem Armtisch . . . . .	17
1.2.2.5.	Sitzhaltung . . . . .	17
<b>2.</b>	<b>Befunderhebung . . . . .</b>	<b>19</b>
2.1.	Bedeutung und Zielstellung . . . . .	19
2.2.	Die Konstitution und ihre Ermittlung für den allgemeinen Befund des Patienten . . . . .	20
2.3.	Die Kondition und ihre Ermittlung für den allgemeinen Befund des Patienten . . . . .	21
2.4.	Zustandsänderungen in den Geweben und ihre Ermittlung für den speziellen Befund des Patienten . . . . .	22
2.4.1.	Zustandsänderungen der Haut . . . . .	22
2.4.2.	Zustandsänderungen des Bindegewebes . . . . .	23
2.4.3.	Zustandsänderungen der Muskulatur . . . . .	25
2.4.4.	Zustandsänderungen am Periost . . . . .	26

<b>3.</b>	<b>Die klassische Massage</b>	<b>28</b>
3.1.	Streichungen	29
3.1.1.	Einteilung der Streichungen	29
3.1.1.1.	Flächige Streichungen	29
3.1.1.2.	Dehnende Streichungen	30
3.1.2.	Durchführung der Streichungen	30
3.1.2.1.	Streichungen an der Dorsalseite des Körperstamms	30
3.1.2.2.	Streichungen am Bein	33
3.1.2.3.	Streichungen am Arm	36
3.1.2.4.	Streichungen am Bauch	36
3.1.2.5.	Streichungen am Thorax	38
3.1.2.6.	Streichungen an Gesicht und Kopf	40
3.2.	Reibungen	40
3.3.	Hautverschiebungen	41
3.4.	Knetungen	44
3.4.1.	Abhebende Knetung	44
3.4.2.	Flächige Knetungen	46
3.5.	Zirkelungen	48
3.6.	Klopfungen – Klatschungen – Hackungen	49
3.7.	Muskelschüttelungen	50
3.8.	Erschütterungen	51
3.9.	Vibrationen	52
3.10.	Intermittierende Drückungen	52
3.11.	Aufbau der Massage	53
3.11.1.	Allgemeine Hinweise	53
3.11.2.	Aufbau der Teilmassagen	55
3.11.2.1.	Behandlung der Dorsalseite des Körperstamms	55
3.11.2.2.	Behandlung des Thorax	57
3.11.2.3.	Behandlung des Bauches	59
3.11.2.4.	Behandlung des Beckengürtels und der unteren Extremität	60
3.11.2.5.	Behandlung des Schultergürtels und der oberen Extremität	62
3.11.2.6.	Behandlung des Kopfes	66
3.11.2.7.	Behandlung des Gesichts	67
3.11.3.	Einige Beispiele für eine befundgerechte Behandlung	69
3.11.3.1.	Behandlung der Myogelosen im Schulter-Nacken-Gebiet	69
3.11.3.2.	Behandlung hypotonischer Muskulatur am Arm nach Ruhigstellung	70
3.11.3.3.	Behandlung einer Stauung am Bein bei Varizen	70
<b>4.</b>	<b>Segmentmassage</b>	<b>72</b>
4.1.	Zielstellung und Begründung der Segmentmassage	72
4.2.	Ausführung der Segmentmassage	73
4.2.1.	Lagerung des Patienten	73

4.2.2.	Griffe und Griffkombinationen . . . . .	73
4.2.2.1.	Gewebsadäquate Griffe der Segmentmassage . . . . .	73
4.2.2.2.	Spezielle Griffkombinationen. . . . .	75
4.3.	Aufbau der Segmentmassage . . . . .	83
4.3.1.	Grundsätze des räumlichen und zeitlichen Vorgehens . . . . .	83
4.3.2.	Aufbau der regionalen Behandlungen . . . . .	83
4.3.2.1.	Dorsalbehandlung . . . . .	84
4.3.2.2.	Thoraxbehandlung . . . . .	85
4.3.2.3.	Kopf- und Nackenbehandlung . . . . .	86
4.3.2.4.	Beckenbehandlung . . . . .	87
4.3.2.5.	Behandlung der Extremitäten . . . . .	88
4.4.	Spezielle Richtlinien für die Dosierung der Segmentmassage . . . . .	88
4.4.1.	Allgemeine Dosierungsparameter für die Segmentmassage . . . . .	89
4.4.2.	Spezielle Richtlinien für die Dosierung . . . . .	89
4.5.	Wirkungen der Segmentmassage . . . . .	90
4.5.1.	Erstrebte Reaktionen . . . . .	90
4.5.2.	Unerwünschte Reaktionen . . . . .	93
<b>5.</b>	<b>Bindegewebsmassage . . . . .</b>	<b>94</b>
5.1.	Technische Voraussetzungen . . . . .	95
5.1.1.	Ausgangsstellungen . . . . .	95
5.1.2.	Haltung der Hände . . . . .	96
5.1.3.	Feststellung der Bindegewebszonen . . . . .	96
5.2.	Flächige Bindegewebsmassage . . . . .	99
5.2.1.	Technik . . . . .	100
5.2.2.	Arbeitsgänge . . . . .	100
5.2.3.	Wirkungsweise . . . . .	102
5.3.	Unterhaut- und Faszientechnik . . . . .	102
5.3.1.	Arbeitsgänge im Kreuzbein-Becken-Bereich . . . . .	105
5.3.2.	Arbeitsgänge im lateralen Rumpfbereich . . . . .	107
5.3.3.	Arbeitsgänge im dorsalen Thoraxbereich . . . . .	109
5.3.4.	Arbeitsgänge im ventralen Rumpfbereich (sog. „Bauchstriche“). . . . .	111
5.3.5.	Arbeitsgänge am Hals, am Kopf und im Gesicht . . . . .	112
5.3.6.	Reiz- oder Reaktionspunkte . . . . .	114
5.3.7.	Arbeitsgänge an der unteren Extremität . . . . .	117
5.3.8.	Arbeitsgänge an der oberen Extremität . . . . .	120
5.4.	Hauttechnik . . . . .	122
5.4.1.	Technische Vorbemerkungen . . . . .	122
5.4.2.	Arbeitsgänge mit der Hauttechnik . . . . .	123
5.5.	Wirkungsweise der Bindegewebsmassage . . . . .	124
5.5.1.	Subjektive Empfindungen des Patienten. . . . .	124
5.5.2.	Hautreaktionen . . . . .	125
5.5.3.	Nervale Reaktionen. . . . .	126
5.5.4.	Spätreaktionen . . . . .	126

**6. Periostbehandlung . . . . . 128**

6.1. Definition und Geschichte der Methode . . . . . 128

6.2. Wirkungsweise der Periostbehandlung. . . . . 128

6.2.1. Örtliche Wirkungen. . . . . 128

6.2.2. Ferngeleitete Wirkungen . . . . . 129

6.2.3. Periostbehandlung und Schmerzbekämpfung . . . . . 131

6.3. Stellung der Methode innerhalb der Physiotherapie . . . . . 132

6.4. Technik der Periostbehandlung. . . . . 133

6.5. Spezielle Anwendungstechnik an den wichtigsten Körperregionen . . . . 136

6.6. Kontraindikationen der Periostbehandlung . . . . . 148

**7. Unbeabsichtigte Reaktionen durch die Massage . . . . . 149**

**Sachwortverzeichnis . . . . . 151**