

# 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.	Klopfunken - 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

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

<b>6.</b>	<b>Periostbehandlung</b>	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
<b>7.</b>	<b>Unbeabsichtigte Reaktionen durch die Massage</b>	149
	<b>Sachwortverzeichnis</b>	151