

Inhalt

Teil 1 Theoretischer Teil

1	Einleitung	3	3.1.3	Beziehung zwischen Lage des TP und der therapeutischen Position ..	14
1.1	Was ist AORT?	3	3.1.4	Veränderung des TP während einer korrekten Therapie	14
1.2	Spezifische Merkmale	3	3.1.5	Stärke des Drucks auf den TP	14
1.3	Entwicklung der AORT	3	3.1.6	Bezug zu anderen Methoden	14
1.4	„Strain and Counterstrain“	4	3.2	Die drei Hauptbehandlungs- komponenten	15
2	Theoretische Grundlagen	7	3.3	Therapiekontrolle	17
2.1	Was ist Osteopathie?	7	3.4	Die 10 Schritte zur Diagnose	17
2.2	Die somatische Dysfunktion	7	3.5	Behandlungsprinzip	20
2.3	Nomenklatur	8	3.6	Die 10 Schritte der Behandlung	20
2.4	Motorische Barriere	8	3.7	Therapeutenposition	21
2.5	Muskelfasertypen	10			
2.6	Neurologisches Erklärungsmodell ..	11			
3	Allgemeine Grundregeln der AORT	12	4	Anmerkungen zum Praktischen Teil	22
3.1	Tenderpoints/Triggerpoints (TP) ...	12	4.1	Erläuterungen	22
3.1.1	Verwendung der Trigger-/ Tenderpoints in der AORT	13	4.2	Abkürzungen	23
3.1.2	Auffinden von Trigger-/ Tenderpoints	13	4.3	Normaler Bewegungsumfang der Gelenke	23

Teil 2 Praktischer Teil

5.1 Halswirbelsäule

C1 Rotation	28	HWS M. semispinalis capitis	58
C2 Rotation	30	C3 Ext/Rot/Lat-Flex	60
C3 Flexion/Rotation	32	C3 Ext/Rot/Lat-Flex Variante	62
C4 Flexion/Rotation	34	C4–C6 Ext/Rot/Lat-Flex	64
C5 Flexion/Rotation	36	C7 Ext/Rot/Lat-Flex	66
C6 Flexion/Rotation	38	C2 Extension	68
C7 Flexion/Rotation	40	C3 Flexion	70
C7/TH1 Flexion/Rotation	42	C3–C5 Extension	72
HWS M. sternohyoideus	44	C5–C7 Extension	74
C1 Lateralflexion	46		
C2–C6 Lateralflexion	48	5.2 Brustwirbelsäule	
C1 Extension	50	Th 1–2 Extension	78
C1 Flexion	52	Th 1–2 Ext/Rot/Lat-Flex (Processus spinosus lateral)	80
C1 (lateral) Extension	54	Th 1–2 Ext/Rot/Lat-Flex (paraspinal)	82
C2 Extension	56		

Th 1–2 Ext/Rot/Lat-Flex (Processus transversus)	84	ISG Ilium anterior	162
Th 3–4 Ext/Rot/Lat-Flex (Processus spinosus lateral)	86	ISG Inflare	164
Th 3–4 Ext/Rot/Lat-Flex (Processus transversus)	88	ISG Outflare	166
Th 5–9 Ext/Rot/Lat-Flex	90	ISG Ilium post.+ Outflare	168
Th 9–12 Ext/Rot/Lat-Flex (Processus transversus)	92	ISG Ilium posterior	170
Th 9–12 Ext/Rot/Lat-Flex (Processus spinosus)	94	Sacrum Torsion S1	172
Th 1 Flexion	96	Sacrum Extension S1/S2	174
Th 2 Flexion	98	Sacrum Extension S2/S3	176
Th 3–4 Flexion	100	Sacrum Flexion	178
Th 5–6 Flexion	102	Sacrum Torsion S4	180
Th 7–9 Flexion (M. rectus abdominis)	104		
Th 7–8 Flexion (Rippenbogen)	106	5.6 Hüftgelenk	
Th 10–11 Flexion	108	Ext/Abd/Außenrot	184
Th 12 Flexion	110	Ext/Add/Außenrot	186
		Adduktion	188
5.3 Rippen		Tractus iliotibialis	190
Rippe 1 Ausatmung	114	M. gluteus medius	192
Rippe 2 Ausatmung	116	Flex/Abd/Außenrot	194
Rippe 3–6 Ausatmung	118		
Rippe 1 Einatmung	120	5.7 Kniegelenk	
Rippe 2 Einatmung	122	Patella	198
Rippe 3–7 Einatmung	124	M. quadriceps	200
		Extension	202
5.4 Lendenwirbelsäule		Meniscus medialis	204
L1–4 Ext/Rot/Lat-Flex (Processus transversus)	128	Caput fibulae	206
L1–4 Ext/Rot/Lat-Flex (paraspinal)	130	Pes anserinus	208
L1–4 Extension/Rotation	132	Hinteres Kreuzband	210
LWS M. quadratus lumborum	134	Vorderes Kreuzband	212
L3 Ext/Rot/Lat-Flex	136	M. popliteus	214
L4 Ext/Rot/Lat-Flex	138		
L5 Ext/Lat-Flex (Lig. iliolumbale)	140	5.8 Fußgelenke	
L5 Ext/Rot/Lat-Flex (Lig. iliosacrale)	142	M. gastrocnemius Plantarflexion	218
L4/L5/S1 Extension	144	M. soleus Plantarflexion	220
L1 Flex/Rot/Lat-Flex	146	OSG Dorsalflexion	222
L2 Flexion	148	OSG Inversion	224
L3 Flexion	150	OSG Eversion	226
L4 Flexion	152	USG Inversion (Lig. deltoideum)	228
L5 Flexion	154	USG Inversion (Calcaneus)	230
		USG Eversion	232
5.5 Becken		Calcaneus Flexion	234
M. piriformis	158	Os naviculare Supination	236
M. iliacus	160	Os cuboideum Eversion	238
		Os cuboideum Inversion	240
		Tarsometatarsalgelenke Flexion	242
		Tarsometatarsalgelenke Extension	244
		Os metatarsale 1 Rotation	246
		Os metatarsale 5 Rotation	248
		Metatarsophalangealg. 4–5 Flexion ...	250

Metatarsophalangeal. 2–3 Flexion	252
Metatarsophalangeal. 1 Hallux valgus .	254
Metatarsophalangeal. 3–5 Extension . .	256
Metatarsophalangeal. 1 Extension . . .	258

5.9 Schultergürtel

Clavicula M. subclavius	262
ACG Anterior	264
ACG Posterior	266
Glenohumeralgelenk	
M. biceps caput longum	268
Scapula M. biceps caput breve	270
Scapula M. pectoralis minor	272
Scapula M. serratus anterior	274
Scapula M. trapezius	276
Glenohumeralgelenk M. teres major	278
Glenohumeralgelenk	
M. infraspinatus (inf.)	280
Glenohumeralgelenk	
M. infraspinatus (sup.)	282
Glenohumeralgelenk M. supraspinatus 1	
(Fossa supraspinata)	284
Glenohumeralgelenk M. supraspinatus 2	
(Acromion)	286
Glenohumeralgelenk	
Ligg. glenohumeralia	288
Glenohumeralgelenk M. subscapularis . .	290
Glenohumeralgelenk	
M. coracobrachialis	292
Scapula M. levator scapulae	294

SCG Lig. sternoclaviculare	296
SCG Lig. interclaviculare	298
SCG SCM	300
Clavicula Lig. coracoclaviculare	302
Scapula Mm. rhomboidei	304

5.10 Ellenbogengelenk

Proc. coronoideus	308
Epicondylus lat.	310
Epicondylus med.	312
Olecranon	314
Collum radii	316

5.11 Handgelenk

Flexion (Art. mediocarpea)	320
Flexion (Art. radiocarpea)	322
Extension	324
Radialabduktion	326

5.12 Fingergelenke

Daumengrundgelenk	
M. flexor pollicis brevis	330
Fingergrundgelenke Flexion	332
Fingergelenke Flexion	334
Fingergrundgelenke Extension	336
Metacarpalia Mm. interossei palmares . . .	338
Metacarpalia Mm. interossei dorsales . . .	340

Literatur	342
---------------------	-----