

Inhaltsverzeichnis

Abkürzungen	13
Gebrauchsanweisung	14
Zeichenlegende	16
Grundlagen	18
Osteo- und Arthrokinematik	18
Lokalisation der Störung	20
Quantität und Qualität der Bewegung	22
Zusatztests: Absicherung des Therapeuten	24
Interpretation der Befunde (Untersuchungsschema)	26
Vorbereitung auf die Behandlung	34
Mobilisation: Vergrößerung des Bewegungsausschlages	36
Interpretation der Befunde (Behandlungsschema)	38
Halswirbelsäule (HWS)	40
Gelenkart und -stellungen	40
Betroffener Bereich: Kopfgelenke? Mittlere HWS? CTÜ?	42
Orientierung: Stellung? Schmerz? (Palpation Knochen)	44
Orientierung: Tonus? Schmerz? (Palpation Weichteile)	48
Orientierung: Gestörte Funktion?	50
Lokalisation: Betroffener Bereich?	56
Lokalisation: Betroffenes Segment?	60
Schnelltest: Andere Bereiche ausgeschlossen?	64
Kopfgelenke	
Funktion: Beweglich? Elastisch (Endgefühl)?	66
Gelenkspiel: Hypermobil? Hypomobil?	74
Gefäße: Frei? Asymptomatisch?	78
Bänder: Schmerzfrei? Stabil?	80
Bewertung: Beweglichkeit? Indikation? Kontraindikation?	82
Schmerzlinderung	84
Verbesserung der Flexion	88
Verbesserung der Flexion und Rotation	90

Inhaltsverzeichnis

Mittlere HWS

Funktion: Beweglich? Elastisch (Endgefühl)?	92
Gelenkspiel: Hypermobil? Hypomobil?	96
Segment: Hypomobil? Instabil?	98
Gefäße: Frei? Asymptomatisch?	100
Nerven: Leitfähig?	102
Nerven: Mobil? Schmerzfrei?	106
Bewertung: Beweglichkeit? Indikation? Kontraindikation?	112
Schmerzlinderung	114
Verbesserung der Flexion	120
Verbesserung der Extension	122
Verbesserung der Flexion mit Lateralflexion und Rotation	124
Verbesserung der Extension mit Lateralflexion und Rotation	128

Cervicothorakaler Übergang (CTÜ)

Funktion: Beweglich? Elastisch (Endgefühl)?	132
Gelenkspiel: Hypermobil? Hypomobil?	136
Foramina: Frei? Asymptomatisch?	138
Nerven: Leitfähig?	140
Nerven: Mobil? Schmerzfrei?	144
Bewertung: Beweglichkeit? Indikation? Kontraindikation?	150
Schmerzlinderung	152
Verbesserung der Flexion	154
Verbesserung der Extension	156
Verbesserung der Dehnung der Schultergürtelmuskulatur	160
Verbesserung der Mobilität der peripheren Nerven	164

Kiefergelenk

Gelenkart und -stellungen	170
Betroffener Bereich: TMG? HWS?	172
Orientierung: Stellung? Schmerz? (Palpation Knochen)	174
Orientierung: Tonus? Schmerz? (Palpation Weichteile)	178
Lokalisation: Betroffener Bereich?	180
Funktion: Beweglich? Elastisch (Endgefühl)?	184
Gelenkspiel: Hypermobil? Hypomobil?	190
Muskelgruppen: Schmerzfrei? Kräftig?	192
Bewertung: Beweglichkeit? Indikation? Kontraindikation?	194
Schmerzlinderung	196
Verbesserung der Mundöffnung	198

Inhaltsverzeichnis

Schulter	202
Gelenkart und -stellungen	202
Betroffener Bereich: Glenohumeralgelenk? Schultergürtelgelenke (ACG, SCG)?	204
Orientierung: Stellung? Schmerz? (Palpation Knochen)	206
Orientierung: Tonus? Schmerz? (Palpation Muskulatur)	212
Lokalisation: Betroffenes Gelenk?	218
Schnelltest: Andere Bereiche ausgeschlossen?	222
Schultergelenk (Glenohumeralgelenk)	
Funktion: Beweglich? Elastisch (Endgefühl)?	224
Gelenkspiel: Hypermobil? Hypomobil?	230
Muskelgruppen: Schmerzfrei? Kräftig?	232
Bewertung: Beweglichkeit? Indikation? Kontraindikation?	234
Schmerzlinderung	236
Verbesserung der Außenrotation	242
Verbesserung der Abduktion	244
Verbesserung der Innenrotation	246
Verbesserung der Flexion	250
Schultergürtelgelenke (SCG und ACG)	
Funktion: Beweglich? Elastisch (Endgefühl)?	252
Gelenkspiel: Hypermobil? Hypomobil?	256
Muskelgruppen: Schmerzfrei? Kräftig?	258
Bewertung: Beweglichkeit? Indikation? Kontraindikation?	260
Schmerzlinderung	262
Verbesserung der Depression	266
Verbesserung der Elevation	270
Verbesserung der Retraktion	274
Verbesserung der Protraktion	278
Ellenbogen	280
Gelenkart und -stellungen	280
Betroffener Bereich: Ellenbogengelenk? Unterarmgelenke?	282
Orientierung: Stellung? Schmerz? (Palpation Knochen)	284
Orientierung: Tonus? Schmerz? (Palpation Weichteile)	288
Lokalisation: Betroffener Bereich?	292
Schnelltest: Andere Bereiche ausgeschlossen?	294

Inhaltsverzeichnis

Ellenbogengelenk

Funktion: Beweglich? Elastisch (Endgefühl)?	296
Gelenkspiel: Hypermobil? Hypomobil?	298
Muskelgruppen: Schmerzfrei? Kräftig?	300
Bewertung: Beweglichkeit? Indikation? Kontraindikation?	302
Schmerzlinderung	304
Verbesserung der Flexion	308
Verbesserung der Extension	314

Unterarmgelenke

Funktion: Beweglich? Elastisch (Endgefühl)?	324
Gelenkspiel: Hypermobil? Hypomobil?	326
Muskelgruppen: Schmerzfrei? Kräftig?	328
Bewertung: Beweglichkeit? Indikation? Kontraindikation?	330
Schmerzlinderung	332
Verbesserung der Pronation	336
Verbesserung der Supination	340

Hand

Gelenkart und -stellungen	344
Betroffener Bereich: Handgelenk? Mittelhand und Finger?	346
Betroffener Bereich: Mittelhand? Finger? Daumen?	348
Orientierung: Stellung? Schmerz? (Palpation Knochen)	350
Orientierung: Stellung? Schmerz? (Palpation Weichteile)	356
Lokalisation: Betroffener Bereich?	358
Lokalisation: Betroffenes Gelenk?	362
Schnelltest: Andere Bereiche ausgeschlossen?	364

Handgelenk

Funktion: Beweglich? Elastisch (Endgefühl)?	366
Gelenkspiel: Hypermobil? Hypomobil?	370
Muskelgruppen: Schmerzfrei? Kräftig?	372
Bewertung: Beweglichkeit? Indikation? Kontraindikation?	374
Schmerzlinderung	376
Verbesserung der Extension	380
Verbesserung der Flexion	386
Verbesserung der Radialabduktion	390
Verbesserung der Ulnarabduktion	394

Inhaltsverzeichnis

Mittelhand und Finger

Funktion: Beweglich? Elastisch (Endgefühl)?	398
Gelenkspiel: Hypermobil? Hypomobil?	402
Muskelgruppen: Schmerzfrei? Kräftig?	404
Bewertung: Beweglichkeit? Indikation? Kontraindikation?	406
Schmerzlinderung	408
Verbesserung der Extension	412
Verbesserung der Flexion	416
Verbesserung der Radialabduktion	420
Verbesserung der Ulnarabduktion	422

Daumen

Funktion: Beweglich? Elastisch (Endgefühl)?	424
Gelenkspiel: Hypermobil? Hypomobil?	428
Muskelgruppen: Schmerzfrei? Kräftig?	430
Bewertung: Beweglichkeit? Indikation? Kontraindikation?	432
Schmerzlinderung	434
Verbesserung der Extension	436
Verbesserung der Flexion	438
Verbesserung der Abduktion	440
Verbesserung der Adduktion	442

Literatur

444

Index

446