

# Inhaltsverzeichnis

---

<b>1</b>	<b>Einführung</b> . . . . .	<b>1</b>
	<i>M. Buck</i>	
1.1	Positionierung des PNF-Konzepts in der modernen ganzheitlichen Behandlung . . . .	2
1.2	PNF: Definition, Philosophie, neurophysiologische Grundlagen . . . . .	11
1.3	Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen . . . . .	13
	Literatur . . . . .	13
<b>2</b>	<b>PNF-Behandlungsverfahren</b> . . . . .	<b>15</b>
	<i>M. Buck, D. Beckers</i>	
2.1	Optimaler Widerstand . . . . .	17
2.2	Irradiation und Verstärkung . . . . .	18
2.3	Taktiler Stimulus (Manueller Kontakt) . . . . .	21
2.4	Körperstellung und Körpermechanik . . . . .	23
2.5	Verbaler Stimulus(Verbales Kommando) . . . . .	24
2.6	Visueller Stimulus . . . . .	25
2.7	Traktion und Approximation . . . . .	26
2.8	Stretch . . . . .	27
2.9	Timing . . . . .	28
2.10	PNF-Patterns . . . . .	30
2.11	Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen . . . . .	30
	Weiterführende Literatur . . . . .	32
	Literatur . . . . .	33
<b>3</b>	<b>Techniken</b> . . . . .	<b>35</b>
	<i>D. Beckers</i>	
3.1	Einführung . . . . .	36
3.2	Rhythmische Bewegungseinleitung (»Rhythmic Initiation«) . . . . .	37
3.3	Agonistische Umkehr (»Reversal of Agonists«) . . . . .	38
3.4	Antagonistische Umkehr (»Reversal of Antagonists«) . . . . .	40
3.5	Wiederholter Stretch (»Repeated Stretch«/»Repeated Contraction«) . . . . .	46
3.6	Anspannen – Entspannen (»Contract Relax«) . . . . .	49
3.7	Halten – Entspannen (»Hold Relax«) . . . . .	52
3.8	Replikation (»Replication«) . . . . .	54
3.9	Anwendungsbereiche der verschiedenen Techniken . . . . .	55
3.10	Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen . . . . .	56
	Weiterführende Literatur . . . . .	56
	Literatur . . . . .	57
<b>4</b>	<b>Befundaufnahme und Behandlung</b> . . . . .	<b>59</b>
	<i>M. Buck</i>	
4.1	Einführung . . . . .	60
4.2	Befundaufnahme (Evaluation) . . . . .	60
4.3	Hypothesen . . . . .	61

<b>4.4</b>	<b>Tests für Einschränkungen auf struktureller Ebene, auf Aktivitätsebene und Anpassung an die Behandlung (Assessment)</b>	<b>62</b>
<b>4.5</b>	<b>Behandlungsziele</b>	<b>62</b>
<b>4.6</b>	<b>Planung und Ausführung der Behandlung</b>	<b>63</b>
<b>4.7</b>	<b>Re-Test für Veränderungen der Schädigungen und Einschränkungen der Aktivitäten</b>	<b>66</b>
<b>4.8</b>	<b>Behandlungsbeispiele</b>	<b>66</b>
<b>4.9</b>	<b>Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen</b>	<b>68</b>
	<b>Weiterführende Literatur</b>	<b>68</b>
	<b>Literatur</b>	<b>69</b>
<b>5</b>	<b>PNF-Patterns zur Fazilitation</b>	<b>71</b>
	<i>D. Beckers</i>	
<b>5.1</b>	<b>Einführung</b>	<b>72</b>
<b>5.2</b>	<b>Die PNF-Patterns</b>	<b>72</b>
<b>5.3</b>	<b>Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen</b>	<b>75</b>
	<b>Weiterführende Literatur</b>	<b>77</b>
	<b>Literatur</b>	<b>77</b>
<b>6</b>	<b>Schulterblatt und Becken</b>	<b>79</b>
	<i>M. Buck, D. Beckers</i>	
<b>6.1</b>	<b>Einführung</b>	<b>80</b>
<b>6.2</b>	<b>Anwendung in der Praxis</b>	<b>80</b>
<b>6.3</b>	<b>Behandlungsverfahren</b>	<b>81</b>
<b>6.4</b>	<b>Schulterblattpatterns</b>	<b>83</b>
<b>6.5</b>	<b>Beckenpatterns</b>	<b>91</b>
<b>6.6</b>	<b>Symmetrisch-reziproke und asymmetrische Kombinationen</b>	<b>99</b>
<b>6.7</b>	<b>Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen</b>	<b>102</b>
	<b>Literatur</b>	<b>102</b>
<b>7</b>	<b>Obere Extremitäten</b>	<b>103</b>
	<i>D. Beckers</i>	
<b>7.1</b>	<b>Einführung</b>	<b>104</b>
<b>7.2</b>	<b>Behandlungsverfahren</b>	<b>104</b>
<b>7.3</b>	<b>Flexion – Abduktion – Außenrotation</b>	<b>106</b>
<b>7.4</b>	<b>Extension – Adduktion – Innenrotation</b>	<b>115</b>
<b>7.5</b>	<b>Flexion – Adduktion – Außenrotation</b>	<b>121</b>
<b>7.6</b>	<b>Extension – Abduktion – Innenrotation</b>	<b>128</b>
<b>7.7</b>	<b>Thrust- und Withdrawal-Kombinationen</b>	<b>136</b>
<b>7.8</b>	<b>Bilaterale Armpatterns</b>	<b>139</b>
<b>7.9</b>	<b>Variationen der Ausgangsstellung des Patienten</b>	<b>141</b>
<b>7.10</b>	<b>Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen</b>	<b>143</b>
	<b>Literatur</b>	<b>144</b>
<b>8</b>	<b>Untere Extremitäten</b>	<b>145</b>
	<i>M. Buck</i>	
<b>8.1</b>	<b>Einführung</b>	<b>146</b>
<b>8.2</b>	<b>Behandlungsverfahren</b>	<b>146</b>
<b>8.3</b>	<b>Flexion – Abduktion – Innenrotation</b>	<b>149</b>

8.4	Extension – Adduktion – Außenrotation	155
8.5	Flexion – Adduktion – Außenrotation	162
8.6	Extension – Abduktion – Innenrotation	168
8.7	Bilaterale Beinpatterns	174
8.8	Variationen der Ausgangsstellung des Patienten	175
8.9	Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen	184
	Literatur	185
<b>9</b>	<b>Nacken</b>	<b>187</b>
	<i>D. Beckers</i>	
9.1	Einführung	188
9.2	Behandlungsverfahren	188
9.3	Indikationen	190
9.4	Flexion nach links, Extension nach rechts	191
9.5	Anwendung der Nackenpatterns zur Fazilitation der Rumpfbewegungen	197
9.6	Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen	201
	Literatur	201
<b>10</b>	<b>Rumpf</b>	<b>203</b>
	<i>D. Beckers, M. Buck</i>	
10.1	Einführung	204
10.2	Behandlungsverfahren	204
10.3	Chopping und Lifting	205
10.4	Bilaterale Beinpatterns für den Rumpf	212
10.5	Kombination der Rumpfpatterns	218
10.6	Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen	220
	Literatur	220
<b>11</b>	<b>Mattenaktivitäten</b>	<b>221</b>
	<i>M. Buck</i>	
11.1	Einführung: Warum Mattenaktivitäten?	222
11.2	Behandlungsverfahren	223
11.3	Techniken	223
11.4	Beispiele von Mattenaktivitäten	223
11.5	Mattentraining: Patientenbeispiele	262
11.6	Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen	267
	Weiterführende Literatur	267
	Literatur	267
<b>12</b>	<b>Gangschule</b>	<b>269</b>
	<i>D. Beckers</i>	
12.1	Einführung: Die Bedeutung des Gehens	270
12.2	Grundlagen des normalen Ganges	270
12.3	Ganganalyse: Beobachtung und manuelle Evaluation	275
12.4	Theorie der Gangschule	276
12.5	Vorgehensweise der Gangschule	277
12.6	Praktische Anwendung der Gangschule	279
12.7	Patientenbeispiele in der Gangschule	305

<b>12.8</b>	<b>Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen</b>	<b>309</b>
	Weiterführende Literatur	309
	Literatur	309
<b>13</b>	<b>Funktionen von Gesicht und Mund, Sprechen, Schlucken und Atmung</b>	<b>311</b>
	<i>M. Buck</i>	
<b>13.1</b>	<b>Einführung</b>	<b>312</b>
<b>13.2</b>	<b>Fazilitation der Gesichtsmuskulatur</b>	<b>313</b>
<b>13.3</b>	<b>Zungenbewegungen</b>	<b>322</b>
<b>13.4</b>	<b>Schlucken</b>	<b>322</b>
<b>13.5</b>	<b>Sprechstörungen</b>	<b>324</b>
<b>13.6</b>	<b>Atmung</b>	<b>324</b>
<b>13.7</b>	<b>Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen</b>	<b>328</b>
	Literatur	328
<b>14</b>	<b>Aktivitäten des täglichen Lebens</b>	<b>329</b>
	<i>M. Buck, D. Beckers</i>	
<b>14.1</b>	<b>Transfers</b>	<b>331</b>
<b>14.2</b>	<b>Sich ankleiden und sich ausziehen</b>	<b>331</b>
<b>14.3</b>	<b>Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen</b>	<b>331</b>
	Literatur	336
<b>15</b>	<b>Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen und Antworten</b>	<b>337</b>
	<i>M. Buck, D. Beckers</i>	
<b>Serviceteil</b>		
	<b>Glossar</b>	<b>344</b>
	<b>Stichwortverzeichnis</b>	<b>347</b>