

# Inhaltsverzeichnis

---

<b>1</b>	<b>Einführung</b>	1
	<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>	15
	<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>	35
	<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>	59
	<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>	62
<b>4.5</b>	<b>Behandlungsziele . . . . .</b>	62
<b>4.6</b>	<b>Planung und Ausführung der Behandlung . . . . .</b>	63
<b>4.7</b>	<b>Re-Test für Veränderungen der Schädigungen und Einschränkungen der Aktivitäten . . . . .</b>	66
<b>4.8</b>	<b>Behandlungsbeispiele . . . . .</b>	66
<b>4.9</b>	<b>Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen . . . . .</b>	68
	<b>Weiterführende Literatur . . . . .</b>	68
	<b>Literatur . . . . .</b>	69
<b>5</b>	<b>PNF-Patterns zur Fazilitation . . . . .</b>	71
	<i>D. Beckers</i>	
<b>5.1</b>	<b>Einführung . . . . .</b>	72
<b>5.2</b>	<b>Die PNF-Patterns . . . . .</b>	72
<b>5.3</b>	<b>Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen . . . . .</b>	75
	<b>Weiterführende Literatur . . . . .</b>	77
	<b>Literatur . . . . .</b>	77
<b>6</b>	<b>Schulterblatt und Becken . . . . .</b>	79
	<i>M. Buck, D. Beckers</i>	
<b>6.1</b>	<b>Einführung . . . . .</b>	80
<b>6.2</b>	<b>Anwendung in der Praxis . . . . .</b>	80
<b>6.3</b>	<b>Behandlungsverfahren . . . . .</b>	81
<b>6.4</b>	<b>Schulterblattpatterns . . . . .</b>	83
<b>6.5</b>	<b>Beckenpatterns . . . . .</b>	91
<b>6.6</b>	<b>Symmetrisch-reziproke und asymmetrische Kombinationen . . . . .</b>	99
<b>6.7</b>	<b>Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen . . . . .</b>	102
	<b>Literatur . . . . .</b>	102
<b>7</b>	<b>Obere Extremitäten . . . . .</b>	103
	<i>D. Beckers</i>	
<b>7.1</b>	<b>Einführung . . . . .</b>	104
<b>7.2</b>	<b>Behandlungsverfahren . . . . .</b>	104
<b>7.3</b>	<b>Flexion – Abduktion – Außenrotation . . . . .</b>	106
<b>7.4</b>	<b>Extension – Adduktion – Innenrotation . . . . .</b>	115
<b>7.5</b>	<b>Flexion – Adduktion – Außenrotation . . . . .</b>	121
<b>7.6</b>	<b>Extension – Abduktion – Innenrotation . . . . .</b>	128
<b>7.7</b>	<b>Thrust- und Withdrawal-Kombinationen . . . . .</b>	136
<b>7.8</b>	<b>Bilaterale Armpatterns . . . . .</b>	139
<b>7.9</b>	<b>Variationen der Ausgangsstellung des Patienten . . . . .</b>	141
<b>7.10</b>	<b>Überprüfen Sie Ihr Wissen: Fragen . . . . .</b>	143
	<b>Literatur . . . . .</b>	144
<b>8</b>	<b>Untere Extremitäten . . . . .</b>	145
	<i>M. Buck</i>	
<b>8.1</b>	<b>Einführung . . . . .</b>	146
<b>8.2</b>	<b>Behandlungsverfahren . . . . .</b>	146
<b>8.3</b>	<b>Flexion – Abduktion – Innenrotation . . . . .</b>	149

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

**Inhaltsverzeichnis**

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