

Inhalt

| | |
|--|----|
| Geleitworte | 7 |
| 1. Einführung | 9 |
| 2. Verletzungen und Erkrankungen der Hand | 11 |
| 3. Grundlagen der Handtherapie | 13 |
| Vorbereitung | 13 |
| Beginn der Handtherapie | 13 |
| Häusliches Üben | 15 |
| Informationsblatt / häusliche Übungen | 16 |
| Probleme des Patienten im Alltag | 18 |
| Ergonomisches Arbeiten | 18 |
| Befunderhebung | 19 |
| ➤ Sichtbefund | 20 |
| ➤ Palpation | 20 |
| ➤ Muskelfunktionsprüfung | 21 |
| ➤ Kraftmessung | 21 |
| ➤ Gelenkmessung | 22 |
| ➤ Ödemmessung | 22 |
| ➤ Sensibilitätsprüfung | 22 |
| Heilungsprozesse | 24 |
| Schmerzen | 24 |
| Hygiene | 26 |
| Narbenbehandlung | 26 |
| Handbad | 27 |
| Ödeme | 28 |
| Ödembehandlung | 28 |
| Kontrakturbehandlung | 29 |
| Thermische Behandlung | 29 |
| ➤ Wärmebehandlung | 30 |
| ➤ Kältebehandlung | 30 |
| Passive Mobilisation | 31 |
| Sehnengleiten | 31 |
| Sensibilitätsübungen | 32 |
| Triggerpunktbehandlung | 32 |
| 4. Arm- / Schulter- / Körperbewegungen | 35 |
| 5. Materialliste | 41 |
| 6. Ergotherapeutische Übungen in der Handtherapie | 45 |
| 6.00 Einführung in den Übungsteil | 45 |
| 6.01 Handfunktionen und -bewegungen | 49 |

| | | |
|------|--|-----|
| 6.02 | Pronation / Supination des Unterarms | 52 |
| 6.03 | Flexion des Handgelenks | 61 |
| 6.04 | Extension des Handgelenks | 64 |
| 6.05 | Ulnar-Radialduktion des Handgelenks | 67 |
| 6.06 | Kombination von Extension / Flexion / Ulnar- und Radialduktion im Handgelenk | 69 |
| 6.07 | Handöffnung | 72 |
| 6.08 | Faustschluss | 76 |
| 6.09 | Superficialis-Faust | 82 |
| 6.10 | Lumbricalgriff | 84 |
| 6.11 | Hakengriff | 87 |
| 6.12 | Sphärengriff | 90 |
| 6.13 | Flexion einzelner oder mehrerer Finger | 93 |
| 6.14 | Flexion einzelner Fingergelenke | 99 |
| | ➤ Grundgelenk | 99 |
| | ➤ PIP (Proximales Interphalangealgelenk) | 99 |
| | ➤ DIP (Distales Interphalangealgelenk) | 99 |
| 6.15 | Extension einzelner oder mehrerer Finger | 100 |
| 6.16 | Extension einzelner Fingergelenke | 104 |
| | ➤ Grundgelenk | 104 |
| | ➤ PIP (Proximales Interphalangealgelenk) | 104 |
| | ➤ DIP (Distales Interphalangealgelenk) | 104 |
| 6.17 | Abduktion / Adduktion einzelner oder mehrerer Finger / Interdigitalgriff | 105 |
| 6.18 | Schlüsselgriff | 110 |
| 6.19 | Pinzettengriff | 113 |
| 6.20 | Zangengriff | 115 |
| 6.21 | Kombination Pinzetten- / Zangen- / Schlüsselgriff | 117 |
| 6.22 | Dreipunktgriff | 120 |
| 6.23 | Daumenextension / Daumenflexion | 124 |
| 6.24 | Extension / Flexion einzelner Daumengelenke | 126 |
| | ➤ Grundgelenk (Metacarpalphalangealgelenk) | 126 |
| | ➤ Endgelenk (Interphalangealgelenk) | 126 |
| 6.25 | Daumenabduktion / -adduktion | 127 |
| 6.26 | Finger- / Daumen – Opposition | 130 |
| 6.27 | Kombination Daumenabduktion / -adduktion / -opposition / -rotation | 132 |
| 6.28 | Inhandmanipulation | 135 |
| 7. | Sensibilitätsübungen | 137 |
| 8. | Einsatzmöglichkeiten in der neurologischen Behandlung | 145 |
| 9. | Handtherapie mit Kindern | 151 |
| 10. | Einsatz der Übungen in der Spiegeltherapie | 157 |
| 11. | Literatur | 159 |