

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