

Inhaltsverzeichnis

Geleitwort zur 2. Auflage VI
 Geleitwort VI
 Vorwort VIII

Grundlagen der faszialen Osteopathie 1

1 **Definition Faszie** 2

2 **Funktionelle Bedeutung der Faszien** 4

2.1 Faszien als „Flussbett des Lebens“ 5

2.2 Faszien sorgen für Unterteilung 5

2.3 Faszien sorgen für Stabilität und Form 6

2.4 Faszien sorgen für Beweglichkeit 6

2.5 Faszien verbinden 7

2.6 Faszien unterstützen die Posturologie 7

2.7 Faszien als psychoemotionaler Speicher 8

2.8 Darum behandeln wir Faszien 9

3 **Embryologie** 10

3.1 **Entstehung des Bindegewebes** 10

3.1.1 Entwicklung der dreiblättrigen Keimscheibe 10

3.1.2 Die dreiblättrige Keimscheibe 11

3.2 Head- und Mackenzie-Zonen – der übertragene Schmerz 13

3.3 Das vermeintliche „Zellgedächtnis“ 14

4 **Histologie** 15

4.1 Übersicht Gewebearten 15

4.2 Das Bindegewebe 15

4.2.1 Faszien 16

4.2.2 Einteilung des Bindegewebes 16

4.3 Histologie des Bindegewebes – der Faszien 17

4.3.1 Zellen 18

4.3.2 Extrazellulärmatrix 19

4.4 Funktion der Faszien durch ihre Bestandteile 21

5 **Faszien und Wissenschaft** 23

5.1 Faszien – eigenständig kontraktile Strukturen? 23

5.1.1 Kontraktile Zellen in Faszien – Myofibroblasten 23

5.1.2 Innervation der kontraktilen Zellen 24

5.1.3 Studien zu Auslösern der Faszienkontraktion und -entspannung 24

5.2 Faszien als Wohnort des größten Sinnesorgans? 25

5.2.1 Golgi-Rezeptoren 25

5.2.2 Vater-Pacini-Rezeptoren 25

5.2.3 Ruffini-Rezeptoren 25

5.2.4 Interstitielle Rezeptoren 25

5.3 Fazit 26

6	Anatomie und Topografie	27
6.1	Schematische Einteilung der Faszien	27
6.1.1	Das große „Dreiersystem“ der Faszie	27
6.1.2	Einteilung nach Innervation	28
6.2	Pars superficialis der Faszien	28
6.2.1	Funktion der Anteile der Pars superficialis der Faszien	29
6.2.2	Zuordnung zur Pars superficialis der Faszien nach Körperregionen	30
6.3	Pars media der Faszien – die „Organtüte“	52
6.3.1	Zuordnung der Anteile zur Pars media der Faszien	52
6.3.2	Zuordnung der Pars media der Faszien nach Körperregionen	52
6.4	Pars profunda der Faszien – die „Neuro-WS-Tüte“	72
6.4.1	Zuordnung der Pars profunda der Faszien nach Körperregionen	73
6.5	Spezielle Faszienamen	73
6.6	Diaphragmen aus faszialer Sicht – die Pufferzonen	75
6.6.1	Respiratorische Diaphragmen	76
6.6.2	Fasziale Diaphragmen	76
6.7	Bogen- und Zentralsehne	76
6.7.1	Die Bogensehne	76
6.7.2	Die Zentralsehne	78

Fasziale Diagnostik

7	Einführung in die fasziale Diagnostik	84
8	Praxis der faszialen Diagnostik	86
8.1	Inspektion und oberflächliche Palpation	86
8.1.1	Tenderness	86
8.1.2	Asymmetry	86
8.1.3	Range of Motion	86
8.1.4	Tissue Texture Abnormality	86
8.2	Fasziale Tests	86
8.3	Globale Tests	87
8.3.1	Global Listening oder globaler Ecoute-Test im Stand	87
8.3.2	Global Listening oder globaler Ecoute-Test im Sitz	88
8.3.3	Shift des Beckens nach rechts und links	89
8.3.4	Global Listening oder Ecoute-Test im Stand – untere Extremität	90
8.3.5	Global Listening oder Ecoute-Test im Sitz – Armtest	90
8.3.6	Global Listening oder globaler Ecoute-Test im Sitz	90
8.3.7	Global Listenings oder globale Ecoute-Tests im Liegen – Beintests	91
8.3.8	Global Listenings oder Ecoute-Tests im Liegen – Armtests	93
8.3.9	Zink-Pattern	94
8.4	Regionale Tests	97
8.4.1	Regionale Untersuchung der Füße	97
8.4.2	Regionale Untersuchung des oberen und unteren Sprunggelenks	98
8.4.3	Regionale Untersuchung des Kniegelenks	98

8.4.4	Regionale Untersuchung der Hüfte über AR und IR	99
8.4.5	Regionale Untersuchung des Beckenrings – ISG, SIG und Pubis	100
8.4.6	Regionale Tests im Bereich Halswirbelsäule und zervikothorakale Übergang	101
8.4.7	Regionale Untersuchung der BWS und LWS	102
8.4.8	Regionale Tests für das Viszerum	103
8.4.9	Regionale Tests für den Thorax	104
8.4.10	Regionale Tests für die reziproken Spannungsmembranen	105
8.4.11	Spezielle regionale Tests – die Zentrallinien	107
8.5	Lokale spezifische Tests	109
8.5.1	Bewegungsapparat, Viszerale und Kranium	109
9	Globales Schnellscreening	111
9.1	Das globale Schnellscreening in der Praxis	111
9.1.1	Praxistipps	111
9.1.2	Vorgehen	112
9.1.3	Dokumentationsbeispiel der globalen Auffälligkeiten	119
9.1.4	Übersicht globales Schnellscreening	119
9.2	Sensibilisierungstests für die globalen Befunde aus dem Schnellscreening	120
9.2.1	Sensibilisierungstest	120
9.2.2	Beispiel für einen Sensibilisierungstest	121

Fasziale Therapie 123

10	Behandlungsprinzipien in der fasziären Osteopathie	124
10.1	Wichtige Begriffe der Faszientherapie von A–Z	124
10.2	Grundprinzipien der fasziären Osteopathie	125
10.2.1	Das Prinzip der direkten Befreiung	125
10.2.2	Das Prinzip der indirekten Befreiung	127
10.2.3	Das Prinzip der kombinierten Befreiung	130
11	Techniken der fasziären Osteopathie	131
11.1	Behandlung der Extremitäten	131
11.1.1	Direkte Befreiung	131
11.1.2	Indirekte Befreiung	134
11.2	Behandlung des Rumpfes, des Halsbereiches und der Membranen	138
11.2.1	Direkte Befreiung	138
11.2.2	Indirekte Befreiung	142
11.2.3	Kombinierte Befreiung	149
11.3	Behandlung der Bogensehne – „Bowstring“	149
11.3.1	Fascia masseterica	149
11.3.2	Fascia colli (cervicalis) superficialis und media am Ursprungspunkt – Mundboden	149
11.3.3	Obere Thoraxapertur – Fascia colli superficialis und media – Ansatzpunkte	150
11.3.4	Fascia endothoracica – Mediastinum – Perikardbänder	150
11.3.5	Lig. coronarium	150
11.3.6	Lig. falciforme	150

11.3.7	Lig. teres hepatis – Linea alba	151
11.3.8	Umbilicus	151
11.3.9	Plica umbilicalis mediana (Lig. umbilicale medianum)	151
11.3.10	Präsakrale Faszien	151
11.3.11	Faszie von Delbet – Diaphragma pelvis	152
11.3.12	Tractus iliotalialis	152
11.3.13	Membrana interossea	152
11.4	Behandlung der Zentralsehne – „Le Tendon central“	153
11.4.1	Falx cerebri und Falx cerebelli	153
11.4.2	Os hyoidale – Kehlkopf – Befestigungen Pharynx	153
11.4.3	Pleurakuppel – Sibson-Faszie – obere Thoraxapertur	153
11.4.4	Mediastinum	154
11.4.5	Raphae pharyngis – Pharynx – Ösophagus – Hiatus oesophageus	154
11.4.6	Crus diaphragmatica	154
11.4.7	Kontinuität des Peritoneums – Fascia iliaca	155
11.4.8	Faszien des Beckenbodens	155
11.4.9	Faszien der Adduktoren	155
11.4.10	Loge der tiefen Flexoren – Lig. deltoideum (Lig. von Farabeuf)	156
11.5	Spezielle Techniken	156
11.5.1	Bandscheibenbeschwerden LWS – Behandlung in Bauchlage	156
11.5.2	Flexionsdysfunktion LWS – Behandlung in Bauchlage	157
11.5.3	Sakrum-posterior (einseitig oder bilateral) – Behandlung im Sitz	157
11.5.4	Flexionsdysfunktion LWS – Behandlung im Sitz	158

Anhang		161
12	Abkürzungsverzeichnis	162
13	Abbildungsnachweis	163
14	Literaturverzeichnis	164
15	Sachverzeichnis	166