

# Inhaltsverzeichnis

<b>1. Unser Körper ist ökonomisch gebaut</b>	<b>5</b>
<b>2. Die Stellung der Gelenke</b>	<b>7</b>
2.1. Physiologische Kombinationsbewegungen der Wirbelsäule . . . . .	7
2.1.1. Fryett'sches Gesetz . . . . .	7
2.1.2. Lovett'sches Gesetz . . . . .	8
2.1.3. Schema der primären Gelenkabstimmungen . . . . .	9
2.1.4. Schema der sekundären Gelenkabstimmungen . . . . .	9
<b>3. Muskulatur</b>	<b>11</b>
3.1. Allgemeines über Muskelketten . . . . .	12
3.1.1. Funktionsprinzip der Muskelkette . . . . .	12
3.1.2. Strukturelle Verbindungen innerhalb der Muskelkette . . . . .	13
3.1.3. Schwachpunkte innerhalb der Muskelkette . . . . .	13
3.1.4. Anzahl und Arten der Muskelketten . . . . .	14
3.1.5. Physiologische und pathologische Erscheinungsbilder der Muskelketten . . . . .	14
3.1.6. Therapien von Muskelketten . . . . .	16
<b>4. Spezielles über Muskelketten</b>	<b>17</b>
4.1. Flexorenkette und diagonale Frontalkette . . . . .	17
4.1.1. Muskelketten 1 und 3 . . . . .	17
4.1.2. Diagnostik der gestörten Flexorenkette und diagonalen Frontalkette . . . . .	23
4.1.3. Behandlung der Flexorenkette . . . . .	25
4.1.4. Behandlung der Diagonalen Frontalkette . . . . .	26
4.2. Extensorenkette und <i>Rhomboideus-Serratus anterior</i> Kette . . . . .	28
4.2.1. Muskelketten 2 und 4 . . . . .	28
4.2.2. Diagnostik der gestörten Extensoren Kette und der Rhomboideus-Serratus anterior Kette . . . . .	30
4.2.3. Behandlung der Extensorenkette . . . . .	36
4.2.4. Behandlung der Rhomboideus – Serratus anterior Kette . . . . .	37
<b>5. Die Psyche und das Gesicht</b>	<b>39</b>
5.1. Einleitung in die 5. Muskelkette . . . . .	39
5.1.1. Zone 1 . . . . .	40

5.1.2. Diagnostik der gestörten Zone 1 der 5. Muskelkette . . . . .	42
5.1.3. Behandlung der Zone 1 der 5. Muskelkette . . . . .	42
<b>5.2. Zone 2 . . . . .</b>	<b>44</b>
5.2.1. Diagnostik der gestörten Bewegungsrichtung 1 der zweiten Zone der 5. Muskelkette . . . . .	46
5.2.2. Behandlung der gestörten Bewegungsrichtung 1 der zweiten Zone der 5. Muskelkette . . . . .	47
5.2.3. Diagnostik der gestörten Bewegungsrichtung 2 der zweiten Zone der 5. Muskelkette . . . . .	50
5.2.4. Behandlung der gestörten Bewegungsrichtung 2 der 2. Zone der 5. Muskelkette . . . . .	51
5.2.5. Diagnostik der gestörten Bewegungsrichtungen 3 und 4 der zweiten Zone der 5. Muskelkette . . . . .	51
5.2.6. Behandlung der gestörten Bewegungsrichtungen 3 und 4 der zweiten Zone der 5. Muskelkette anhand einer Laterotrusions-Bissfehlstellung linksseitig . . . . .	52
5.2.7. Mischformen der gestörten Bewegungsrichtungen der zweiten Zone der 5. Muskelkette . . . . .	53
<b>5.3. Zone 3 . . . . .</b>	<b>53</b>
5.3.1. Diagnostik der gestörten 3. Zone der 5. Muskelkette . . . . .	53
5.3.2. Behandlung der 3. Zone der 5. Muskelkette . . . . .	55
<b>5.4. Zone 4 . . . . .</b>	<b>55</b>
5.4.1. Diagnostik der gestörten 4. Zone der 5. Muskelkette . . . . .	55
5.4.2. Behandlung der 4. Zone der 5. Muskelkette . . . . .	56
5.4.3. Der biomechanische Sinn der Kopfstatikkette . . . . .	56
<b>5.5. Die Kopfstatikkette . . . . .</b>	<b>57</b>
5.5.1. Muskelkette 5 . . . . .	57
5.5.2. Behandlung der Kopfstatikkette . . . . .	59
<b>6. Behandlung der 5. Muskelkette unter zahnmedizinischen Aspekten</b>	<b>61</b>
<b>7. Diagnostik Dorsalflexorenkette I und Dorsalflexorenkette II</b>	<b>63</b>
7.1. Muskelkette 6/7 . . . . .	63
7.1.1. Die Dorsalflexorenkette . . . . .	64
7.2. Behandlung Dorsalflexorenkette I und II . . . . .	68
<b>8. Diagnostik der Plantarflexorenkette</b>	<b>69</b>
8.1. Plantarflexorenkette 1: . . . . .	69
8.2. Behandlung der Plantarflexorenkette . . . . .	71
<b>9. Die Aufrichterkette</b>	<b>73</b>
9.1. Plantarflexorenkette 2: . . . . .	73
9.2. Behandlung der Aufrichterkette . . . . .	75
9.3. Resümee . . . . .	75

<b>10. Kurzketten</b>	<b>77</b>
<b>11. Der Rückenstrekker</b>	<b>81</b>
11.1. Wirbelsäulenschemata zur Therapie des M. erector spinae . . . . .	83
<b>12. Manipulationen an der Wirbelsäule und deren muskeltechnische Vorberitung</b>	<b>85</b>
<b>13. Gastbeitrag</b>	<b>89</b>
13.1. Inaktivitätsosteoporose und die medikamentöse Behandlung mit Putamen ovi. . . . .	89

## Anhang

<b>A. Kopfmuskeln</b>	<b>101</b>
<b>B. Kaumuskeln</b>	<b>105</b>
<b>C. Muskeln, die das Zungenbein betreffen - Suprahyale Muskeln</b>	<b>107</b>
<b>D. Muskeln, die das Zungenbein betreffen - Infrahyale Muskeln</b>	<b>109</b>
<b>E. Halsmuskeln</b>	<b>111</b>
<b>F. Brustmuskeln</b>	<b>113</b>
F.1. Oberflächliche Schicht . . . . .	113
F.2. Tiefe Schicht . . . . .	114
<b>G. Bauchmuskeln</b>	<b>115</b>
G.1. Vordere Muskeln . . . . .	115
G.2. Hintere Muskeln . . . . .	116
<b>H. Rückenmuskeln</b>	<b>117</b>
H.1. Oberflächliche Schichten . . . . .	117
H.2. Tiefe Schichten . . . . .	118
<b>I. Autochthone Muskulatur, M. erector trunci oder M. erector spinae</b>	<b>121</b>
I.1. Mittlerer Teil des Muskels erector spinae . . . . .	121
I.1.1. Spinales System . . . . .	121
I.1.2. Transversospinales System . . . . .	121
I.2. Seitlicher Teil des M. erector spinae . . . . .	122
I.2.1. Sacrospinale System . . . . .	122
I.2.2. Spinotransversale System . . . . .	122
I.2.3. Intertransversale System . . . . .	122
I.3. Kopfteil M. capitis . . . . .	123

I.3.1. Spinales System medialer Trakt . . . . .	123
I.3.2. Intertransversales System . . . . .	123
I.3.3. Spinotransversales System . . . . .	123
I.3.4. Mm. levatores costarum . . . . .	123
<b>J. Nichtautochthone Muskulatur, die von den Rami ventrales der Spinalnerven versorgt werden</b>	<b>125</b>
J.1. Spinocostale Muskeln . . . . .	125
J.2. Spinohumerale Muskeln . . . . .	125
<b>K. Schultermuskeln</b>	<b>127</b>
<b>L. Oberarmmuskeln</b>	<b>129</b>
L.1. Vordere Gruppe . . . . .	129
L.2. Hintere Gruppe . . . . .	129
<b>M. Unterarmmuskeln</b>	<b>131</b>
M.1. Beugeseite . . . . .	131
M.1.1. Oberflächliche Schicht . . . . .	131
M.1.2. Tiefe Schicht . . . . .	132
M.2. Streckseite . . . . .	132
M.2.1. Oberflächliche Schicht . . . . .	132
M.2.2. Tiefe Schicht . . . . .	133
<b>N. Handmuskeln</b>	<b>135</b>
<b>O. Hüftmuskulatur</b>	<b>137</b>
O.1. Äußere Schicht . . . . .	137
O.2. innere Schicht . . . . .	138
<b>P. Oberschenkelmuskeln</b>	<b>141</b>
P.1. Vordere Gruppe . . . . .	141
P.2. Mediale Gruppe . . . . .	141
P.3. Hintere Gruppe . . . . .	142
<b>Q. Unterschenkelmuskeln</b>	<b>145</b>
Q.1. Vordere Gruppe . . . . .	145
Q.2. Seitliche Gruppe . . . . .	145
<b>R. Fußmuskeln</b>	<b>149</b>
<b>S. Kurzübersicht über die Hirnnerven</b>	<b>151</b>