

Inhaltsverzeichnis

1	Physiotherapeutische Grundlagentechniken	17		
	<i>Christian Assenbrunner</i>			
1.1	Überblick	17	1.8	Aktives Bewegen aus unterschiedlichen ASTE
1.2	Instruktion	19		
1.3	Lagerung/Positionierung im Raum	22	1.9	Aktivieren lokaler/segmentaler und globaler Muskulatur
1.4	Passives Bewegen	25	1.10	Aktivieren lokaler/segmentaler Muskulatur an der Wirbelsäule und am Rumpf
1.5	Aktiv-assistives Bewegen	27		
1.6	Aktives Bewegen	28	1.11	Aktivieren globaler Muskulatur an der Wirbelsäule und am Rumpf
1.7	Resistives Bewegen	30	1.12	Muskeldehnung
2	Atemtherapie	48		
	<i>Christine Rauner</i>			
2.1	Überblick	48	2.13	Hustentechniken: Vermeiden, Unterstützen und Kompensieren des Hustens
2.2	Einatemtechnik: Atemwahrnehmung und Lenkung	52	2.14	Einsetzen des Einatemgeräts SMI Trainer
2.3	Einatemtechnik: Nasenatmung/ Nasenstenosen	54	2.15	Einatemgerät: Inspiratorische Muskeltrainer (IMT)
2.4	Einatemtechnik: Gähndes Einatmen	56	2.16	Ausatemgerät: Positive-Expiratory-Pressure-Geräte
2.5	Einatemtechnik: Techniken zur Steigerung des Atemvolumens	57	2.17	Ausatemgerät: Positive-Expiratory-Pressure-Gerät mit Oszillation
2.6	Einatemtechnik: Einatmen gegen Widerstand	59	2.18	Atemgeräte zur In- und Exsufflation (nichtinvasive Beatmung)
2.7	Ausatemtechnik: Lippenbremse (PEP-Atmung)	60	2.19	Thorax- und Rumpfmobilisierende Techniken
2.8	Ausatemtechnik: Phonationstechniken	62	2.20	Spezifische manuelle Techniken aus der Atemtherapie
2.9	Unterstützende Ausatemtechniken	64	2.21	Zwerchfelltechniken
2.10	Antihyperventilative Techniken: Freimachen der Nase	67	2.22	Spezifische Lagerungen aus der Atemtherapie
2.11	Antihyperventilative Techniken: CO₂-Rückatmung und -sammlung	69		
2.12	Sekretförderung: Forcierte Expirationstechniken	71		

2.23	Einatemerleichternde Lagerungen und Stellungen.....	95	2.29	Inhalation mit Dosieraerosol.....	108
2.24	Ausatemerleichternde Lagerungen und Stellungen.....	97	2.30	Feuchtinhalation.....	110
2.25	Abflussfördernde Lagerungen/ Drainage der Nasennebenhöhlen.....	99	2.31	Reflektorische Atemtherapie	113
2.26	Abflussfördernde Lagerungen/ Segment- oder Drainagelagerung für die Lunge	101	2.32	RAT: Modifizierte Heiße Rolle/Heiße Kompressen	116
2.27	Inhalation	103	2.33	RAT: Atemmassage.....	118
2.28	Pulverinhalation	106	2.34	RAT: Vegetative Umstimmung/Ausgleichsgriffe	121
			2.35	RAT: Reflektorische Atemgymnastik... ..	123
3	Entspannungstechniken	125			
	<i>Adelheid Aurnhammer</i>				
3.1	Überblick.....	125	3.10	Progressive Muskelentspannung: Kurzform	145
3.2	Körperreise oder Bodyscan	128	3.11	Lösungstherapie	147
3.3	Autogenes Training	130	3.12	Allgemeine Tastarbeit	149
3.4	Fantasiereisen, Traumreisen, Imaginationen	132	3.13	Schnelles Lagern	151
3.5	Eutonie.....	134	3.14	Abhebeübungen am Arm mit Erweiterung Zug am Arm.....	153
3.6	Meditation	137	3.15	Abhebeübungen am Bein mit Erweiterung Zug am Bein.....	155
3.7	Entspannungshaltungen und Lagerungen aus dem Yoga.....	139	3.16	Untere Drehlage, Packgriffe und Hilfsgriffe	157
3.8	Progressive Muskelentspannung nach Jacobson	142			
3.9	Progressive Muskelentspannung: Intensitätsübung.....	144			
4	Gangschulung	159			
	<i>Babara Aigner</i>				
4.1	Überblick.....	159	4.4	Gangschulung mit Gehhilfsmitteln	167
4.2	Gehen mit Entlastung	161	4.5	Treppengehen	172
4.3	Transferschulung vom Sitz zum Stand .	164			

5	Bewegungsbad	175		
	<i>Markus Maier</i>			
5.1	Überblick	175	5.3	Aquajogging
5.2	Wassergymnastik	178	5.4	Halliwick-Methode
6	Maitland	186		
	<i>Markus Maier</i>			
6.1	Überblick	186	6.3	Passive Zusatzbewegungen, Accessory Movements
6.2	Passive physiologische Bewegungen ..	189		
7	Kaltenborn	194		
	<i>Markus Maier</i>			
7.1	Überblick	194	7.3	Traktion
7.2	Kompression	197	7.4	Translatorisches Gleiten
8	Cyriax	205		
	<i>Markus Maier</i>			
8.1	Überblick	205	8.2	Querfriktionen
9	Triggerpunkt-Therapie	212		
	<i>Christine Rauner</i>			
9.1	Überblick	212	9.9	Physikalische Therapie und Unterstützungstechniken: Thermotherapie
9.2	Manuelle Technik: Triggerpunktlösung durch Druckanwendung	215	9.10	Physikalische Therapie und Unterstützungstechniken: Triggerpunkt- und Faszientaping
9.3	Manuelle Technik: Dehnung der Triggerpunktregion	217	9.11	Physikalische Therapie und Unterstützungstechniken: Elektro-, Ultraschall- und Stoßwellentherapie
9.4	Manuelle Technik: Quermassage	218	9.12	ADL- und Haltungsschulung
9.5	Manuelle Technik: Fasziendehnung ...	219	9.13	Ausschluss systemischer Faktoren
9.6	Manuelle Technik: Faszientrennung ...	220		
9.7	Reflektorische Dehntechniken: Spray and Stretch	221		
9.8	Reflektorische Dehntechniken: Therapeutische Dehnungen und Autostretching	223		

10	Mulligan	235		
	<i>Dr. Claus Beyerlein</i>			
10.1	Überblick	235	10.4	Sustained Natural Apophyseal Glide (SNAG) am Beispiel: LWS
10.2	Mobilisation with Movement (MWM) am Beispiel: linkes Glenohumeralgelenk	237	10.5	Heimprogramm: Self-SNAG LWS mit Gurt
10.3	Heimprogramm: Tape linkes Glenohumeralgelenk	238		
11	Mechanische Diagnose und Therapie nach McKenzie	241		
	<i>Georg Supp</i>			
11.1	Überblick	241	11.3	Manuelle Korrektur des lateralen Shifts am Beispiel Shift nach links
11.2	Korrektur des lateralen Shifts/ Seitgleiten	243		
12	PNF	248		
	<i>Birgit Sitta-Barbehön</i>			
12.1	Überblick	248	12.7	Anspannen-Entspannen (Contract Relax)
12.2	Rhythmische Bewegungseinleitung (Rhythmic Initiation)	251	12.8	Halten-Entspannen (Hold Relax)
12.3	Agonistische Umkehr (Combination of Isotonics), Kombination isotonischer Bewegungen	253	12.9	Stretch am Anfang der Bewegung (Initialstretch) und Wiederholter Stretch (Repeated Stretch/Repeated Contraction)
12.4	Dynamische Umkehr (Dynamic Reversal – Slow Reversal) ...	254	12.10	Replikation (Replication)
12.5	Rhythmische Stabilisation (Rhythmic stabilization)	256	12.11	Betonte Bewegungsfolge (Timing for Emphasis)
12.6	Stabilisierende Umkehr (Stabilizing Reversals)	257	12.12	Erarbeiten alltagsrelevanter Aktivitäten (Mattentraining, ADL, Gehen)
13	Behandeln nach Bobath	266		
	<i>Gerhard Munz</i>			
13.1	Überblick	266	13.5	Fazilitation
13.2	Lagerung nach Bobath	268	13.6	Haltungshintergrund/Posturale Kontrolle
13.3	Transferschulung	270	13.7	Activity of daily life
13.4	Inhibition	272		

14	F.O.T.T. – Therapie des Faziooralen Trakts	280		
	<i>Gerhard Munz</i>			
14.1	Überblick	280	14.3	Erarbeiten des Schluckens
14.2	Grundstimulation	281		282
15	Forced Use			
	<i>Gerhard Munz</i>			283
15.1	Überblick	283		
16	Spiegeltherapie			
	<i>Gerhard Munz</i>			286
16.1	Überblick	286		
17	Mobilisation des Nervensystems			
	<i>Christine Rauner</i>			288
17.1	Überblick	288	17.4	Neurodynamische Behandlung
17.2	Indirekte Nervenmobilisation	291	17.5	Eigenmobilisation
17.3	Direkte Nervenmobilisation	293		297
18	Behandlung nach Vojta			
	<i>Jolanda Koppers-Dannemann</i>			299
18.1	Überblick	299	18.3	Das Reflexkriechen
18.2	Das Reflexumdrehen	301		303
19	E-Technik/Das Hanke-Konzept			
	<i>Christiane Garn</i>			304
19.1	Überblick	304	19.3	Das Reflexkriechen
19.2	Das Reflexumdrehen	306		308
20	Neurokognitive Rehabilitation nach Perfetti			
	<i>Susanne Wopfner</i>			309
20.1	Überblick	309	20.3	Anwendung der motorischen Imagination
20.2	Übungen ersten, zweiten, dritten Grades	312	20.4	Der Vergleich als Lernmittel
				317

21	Psychomotorik	318		
	<i>Gabriele Hanne-Behnke</i>			
21.1	Überblick	318	21.3	Psychomotorisches Vorgehen: Therapie
				324
21.2	Psychomotorisches Vorgehen: Befunderhebung	321		
22	Funktionelle Bewegungslehre (FBL) – Functional Kinetics	328		
	<i>Claudia Klose</i>			
22.1	Überblick	328	22.5	Ballübungen der Funktionellen Bewegungslehre
				337
22.2	Hubfreie/hubarme Mobilisation	331	22.6	Therapeutische Übungen der Funktionellen Bewegungslehre
				339
22.3	Widerlagernde Mobilisation	333		
22.4	Mobilisierende Massage	335		
23	Physiotherapeutische Behandlung im Schlingengerät	341		
	<i>Birgit Sitta-Barbehön</i>			
23.1	Überblick	341	23.3	Axiale Einpunktaufhängung des Schultergelenks in Seitenlage für Flexion und Extension
				346
23.2	Axiale Einpunktaufhängung des Hüftgelenks in Rückenlage für Abduktion und Adduktion	344	23.4	Distale Einpunktaufhängung der Lendenwirbelsäule in Rückenlage
				348
24	Rollstuhltraining mit Schwerpunkt: Patienten mit Querschnittssymptomatik ...	350		
	<i>Dominik Mayer</i>			
24.1	Überblick	350	24.4	Individuelle Anpassung des Rollstuhls .
				360
24.2	Voraussetzungen, um den Rollstuhl selbstständig und sicher im Alltag nutzen zu können	352	24.5	Aktive Fortbewegung im Rollstuhl
				362
24.3	Rollstuhltypen mit unterschiedlichen Antriebsmöglichkeiten	357	24.6	Fahrtechniken im Rollstuhl
				364
25	Reflektorische Schmerztherapie/Brügger-Therapie	366		
	<i>Sabine Kubalek-Schröder</i>			
25.1	Überblick	366	25.4	Behandlungsbeispiel Schulterschmerz bei Narbe im Unterbauchbereich
				375
25.2	Behandlungsbeispiel Schulter- und Rückenschmerz bei muskulärer Kontraktur der Bauchmuskulatur	370	25.5	Behandlungsbeispiel HWS-Beschwerden bei mechanischem Überlastungs-ödem des Daumenballens
				376
25.3	Behandlungsbeispiel Knieschmerz bei muskulärer Kontraktur der Zehen- und Fußflexoren	373		

26	Stemmführung nach Brunkow/Akrodyamik	378		
	<i>Claudia Klose</i>			
26.1	Überblick	378	26.3	Stemmführung nach Brunkow/ADT ... 383
26.2	Techniken zur Reizung der Extero- und Propriozeptoren	381		
27	Schwindel-/Vestibulartraining	386		
	<i>Elke Blumenstein</i>			
27.1	Überblick	386	27.3	Kompensationstraining
27.2	Physikalische Befreiungsmanöver	388		
28	Spiraldynamik	391		
	<i>Nikolaus Färber</i>			
28.1	Überblick	391	28.2	Fußverschraubung
29	Verfahren zur Behandlung von Skoliosen und Fehlhaltungen	397		
	<i>Claudia Klose, Susanne Hirsch und Edeltraud Diefenbach</i>			
29.1	Überblick	397	29.5	Skoliosebehandlung nach Gocht-Geßner
29.2	Dreidimensionale Skoliosebehandlung nach Katharina Schroth	398		408
	<i>Claudia Klose</i>		29.6	Skoliosebehandlung nach Niederhöffer
29.3	Klapp'sches Kriechverfahren	402		411
	<i>Susanne Hirsch</i>		29.7	Skoliosekorrektur nach Diefenbach ...
29.4	Skoliosebehandlung nach Scharll	405		414
	<i>Susanne Hirsch</i>			<i>Edeltraud Diefenbach</i>
30	Faszientherapie	416		
	<i>Werner Klingler und Stefan Dennenmoser</i>			
30.1	Überblick	416	30.3	Schwingende und federnde Übungen .
30.2	Dynamisches Dehnen	419		420
	Übersicht Videos	421		