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

Bibliografische Informationen
http://d-nb.info/1234922673

digitalisiert durch DEUTSCHE NATIONAL BIBLIOTHEK

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 Fazien nach Körperregionen ... 73
6.5 Spezielle Fasziennamen ... 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 ... 83

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 faszialen Osteopathie ... 124
10.1 Wichtige Begriffe der Faszientherapie von A–Z ... 124
10.2 Grundprinzipien der faszialen 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 faszialen 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 iliotibialis 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