

# Inhaltsverzeichnis

---

|          |                                                                               |    |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------|----|
|          | <b>Geleitwort</b> . . . . .                                                   | 5  |
|          | <b>Vorwort</b> . . . . .                                                      | 8  |
| <b>1</b> | <b>Philosophische Grundlagen der Osteopathie</b> . . . . .                    | 17 |
| 1.1      | Europa . . . . .                                                              | 17 |
| 1.2      | Große Entdeckungen . . . . .                                                  | 17 |
| 1.3      | Iatrochemische Medizin . . . . .                                              | 18 |
| 1.4      | Iatromechanische Medizin . . . . .                                            | 19 |
| 1.5      | Vitalistische Medizin . . . . .                                               | 20 |
| 1.6      | Herbert Spencer . . . . .                                                     | 20 |
| <b>2</b> | <b>Biografie Andrew Taylor Stills</b> . . . . .                               | 22 |
| 2.1      | Aufgewachsen in Missouri . . . . .                                            | 22 |
| 2.2      | Zurück nach Kansas . . . . .                                                  | 22 |
| 2.3      | Politische Entwicklungen . . . . .                                            | 23 |
| 2.4      | Eine neue Sklaverei, Rückschläge und die Entdeckung der Osteopathie . . . . . | 23 |
| 2.5      | Zurück nach Missouri . . . . .                                                | 23 |
| <b>3</b> | <b>Prinzipien der Osteopathie</b> . . . . .                                   | 25 |
| 3.1      | Prinzip 1: Der Mensch als ganze, untrennbare Einheit . . . . .                | 25 |
| 3.1.1    | Faszien als verbindendes Element der Ganzheitlichkeit . . . . .               | 25 |
| 3.1.2    | Neurologische Funktionen als Element der Ganzheitlichkeit . . . . .           | 26 |
| 3.1.3    | Psyche als Element der Ganzheitlichkeit . . . . .                             | 26 |
| 3.1.4    | Soziales Umfeld als Element der Ganzheitlichkeit . . . . .                    | 26 |
| 3.2      | Prinzip 2: Selbstheilungskräfte des Körpers . . . . .                         | 26 |
| 3.3      | Prinzip 3: Bedeutung von Funktion und Struktur . . . . .                      | 27 |
| 3.4      | Prinzip 4: Vorherrschaft der Arterien . . . . .                               | 27 |
| 3.5      | Prinzip 5: Leben ist Bewegung . . . . .                                       | 28 |
| <b>4</b> | <b>Erklärungsmodelle der Osteopathie</b> . . . . .                            | 30 |
| 4.1      | Biomechanisches Modell . . . . .                                              | 30 |
| 4.1.1    | Myofasziale Ketten . . . . .                                                  | 30 |
| 4.1.2    | John Martin Littlejohn und die Muskelketten . . . . .                         | 37 |
| 4.2      | Tensegrity-Modell . . . . .                                                   | 38 |
| 4.2.1    | Lemniskaten als diagnostische Hilfe . . . . .                                 | 38 |
| 4.3      | Neurophysiologisches Konzept . . . . .                                        | 39 |
| 4.4      | Kraniosakrales Konzept . . . . .                                              | 41 |
| 4.5      | GOT und viszerale Osteopathie . . . . .                                       | 42 |
| 4.5.1    | Untersuchung . . . . .                                                        | 43 |
| 4.5.2    | Behandlung . . . . .                                                          | 43 |
| 4.6      | GOT in den Erklärungsmodellen . . . . .                                       | 43 |
| <b>5</b> | <b>Biografie und Ideen von John Martin Littlejohn</b> . . . . .               | 45 |
| 5.1      | Kurze Biografie von J.M. Littlejohn . . . . .                                 | 45 |
| 5.2      | Definition der GOT . . . . .                                                  | 46 |
| 5.3      | Littlejohns Philosophie . . . . .                                             | 46 |
| 5.3.1    | Ursachen, Diagnose und Korrektur der Krankheit . . . . .                      | 46 |
| 5.3.2    | Manuelle Techniken der GOT . . . . .                                          | 47 |
| 5.3.3    | Anwendung der Techniken . . . . .                                             | 48 |
| 5.3.4    | Prinzipien der Osteopathie . . . . .                                          | 48 |
| 5.4      | Littlejohns Biomechanik . . . . .                                             | 49 |
| 5.4.1    | Kraftlinien . . . . .                                                         | 49 |
| 5.4.2    | Polygon of Forces . . . . .                                                   | 50 |

|          |                                                          |           |
|----------|----------------------------------------------------------|-----------|
| <b>6</b> | <b>Biografie und Ideen von John Wernham</b>              | <b>56</b> |
| <b>7</b> | <b>Prinzipien der GOT</b>                                | <b>58</b> |
| 7.1      | Rhythmus                                                 | 58        |
| 7.2      | Routine                                                  | 62        |
| 7.3      | Respekt                                                  | 62        |
| 7.4      | Rotation                                                 | 63        |
| 7.5      | Mobilität                                                | 63        |
| 7.6      | Motilität                                                | 64        |
| 7.7      | Integrität des Gelenks                                   | 64        |
| 7.8      | Koordination                                             | 64        |
| 7.9      | Korrelation                                              | 64        |
| 7.10     | Stabilität                                               | 64        |
| 7.11     | Mechanische Gesetze Littlejohns                          | 65        |
| <b>8</b> | <b>Untersuchung</b>                                      | <b>66</b> |
| 8.1      | Untersuchungsvorgang                                     | 66        |
| 8.2      | Untersuchungsschwerpunkte                                | 68        |
| 8.2.1    | Common Compensatory Pattern                              | 68        |
| 8.2.2    | Common Pelvic Pattern                                    | 70        |
| 8.3      | Posturale Modelle nach T.E. Hall                         | 70        |
| 8.3.1    | Normale Haltung                                          | 70        |
| 8.3.2    | Posteriorer Typ                                          | 70        |
| 8.3.3    | Anteriorer Typ                                           | 71        |
| 8.4      | Diagnostik nach F.X. Mayr                                | 72        |
| 8.4.1    | Inspektion der Atmung                                    | 73        |
| 8.4.2    | Inspektion der Bauchform                                 | 73        |
| 8.4.3    | Inspektion der Haltung                                   | 74        |
| <b>9</b> | <b>Techniken in Rückenlage</b>                           | <b>78</b> |
| 9.1      | Ilium anterior (Posterioreinschränkung des Iliums)       | 78        |
| 9.1.1    | Untersuchung                                             | 78        |
| 9.1.2    | Behandlung                                               | 79        |
| 9.2      | Ilium posterior (Anterioreinschränkung des Iliums)       | 80        |
| 9.2.1    | Untersuchung                                             | 80        |
| 9.2.2    | Behandlung                                               | 80        |
| 9.3      | Lendenwirbelsäule                                        | 81        |
| 9.3.1    | Untersuchung                                             | 81        |
| 9.3.2    | Behandlung                                               | 81        |
| 9.4      | Untere Extremitäten                                      | 82        |
| 9.4.1    | Hüftregion                                               | 82        |
| 9.4.2    | Tractus iliotibialis                                     | 83        |
| 9.4.3    | Knie                                                     | 84        |
| 9.4.4    | Patella                                                  | 84        |
| 9.4.5    | Oberes Sprunggelenk                                      | 85        |
| 9.4.6    | Unteres Sprunggelenk                                     | 86        |
| 9.4.7    | Mediale tarsale und tarsometatarsale Gelenke             | 86        |
| 9.4.8    | Laterale tarsale und tarsometatarsale Gelenke            | 87        |
| 9.4.9    | Metatarsale Gelenke                                      | 87        |
| 9.5      | Übergang der Sequenzen der unteren zur oberen Extremität | 87        |
| 9.6      | Obere Extremitäten                                       | 88        |
| 9.6.1    | Schulterregion allgemein                                 | 88        |
| 9.6.2    | Akromioklavikulargelenk                                  | 89        |
| 9.6.3    | Sternoklavikulargelenk                                   | 89        |
| 9.6.4    | Glenohumeralgelenk                                       | 90        |
| 9.6.5    | Skapula                                                  | 90        |

|           |                                                                      |     |
|-----------|----------------------------------------------------------------------|-----|
| 9.6.6     | Rippen . . . . .                                                     | 91  |
| 9.6.7     | Ellbogen . . . . .                                                   | 92  |
| 9.6.8     | Handgelenke. . . . .                                                 | 93  |
| 9.7       | <b>Zervikaler Bereich</b> . . . . .                                  | 93  |
| 9.7.1     | Okziput (Dekomprimierung). . . . .                                   | 93  |
| 9.7.2     | Okziput (Traktion). . . . .                                          | 94  |
| 9.7.3     | HWS (Traktion segmental). . . . .                                    | 94  |
| 9.7.4     | HWS (Walze). . . . .                                                 | 95  |
| 9.7.5     | HWS (Traktion global) . . . . .                                      | 95  |
| 9.7.6     | HWS (Kompression) . . . . .                                          | 95  |
| 9.7.7     | Okziput (Posterioreinschränkung) . . . . .                           | 96  |
| 9.7.8     | HWS (Seitneigung) . . . . .                                          | 96  |
| 9.7.9     | HWS (Seitneigung mit Rotation) . . . . .                             | 97  |
| 9.7.10    | Diaphragma thoracale, CTÜ und Sibson-Faszie . . . . .                | 97  |
| 9.7.11    | Laterale Weichteile der HWS . . . . .                                | 97  |
| 9.7.12    | Kehlkopf . . . . .                                                   | 98  |
| 9.7.13    | Zungenbein . . . . .                                                 | 98  |
| 9.8       | <b>Untersuchung der anderen Seite</b> . . . . .                      | 99  |
| <b>10</b> | <b>Techniken in Bauchlage.</b> . . . .                               | 100 |
| 10.1      | <b>Sakrum</b> . . . . .                                              | 100 |
| 10.1.1    | Untersuchung . . . . .                                               | 100 |
| 10.1.2    | Behandlung . . . . .                                                 | 100 |
| 10.2      | <b>Ilium</b> . . . . .                                               | 100 |
| 10.2.1    | Ilium anteriorisieren. . . . .                                       | 100 |
| 10.2.2    | Ilium nach anterior mobilisieren . . . . .                           | 101 |
| 10.2.3    | Ilium posteriorisieren . . . . .                                     | 101 |
| 10.2.4    | Ilium nach posterior mobilisieren . . . . .                          | 101 |
| 10.3      | <b>Os coccygis</b> . . . . .                                         | 102 |
| 10.3.1    | Seitneigung des Os coccygis. . . . .                                 | 102 |
| 10.3.2    | Os coccygis und Hüftinnenzirkumduktion. . . . .                      | 102 |
| 10.3.3    | Os coccygis und Hüftabduktion. . . . .                               | 102 |
| 10.4      | <b>Lendenwirbelsäule</b> . . . . .                                   | 103 |
| 10.4.1    | Lendenwirbelsäule-Rotation-Seitneigung . . . . .                     | 103 |
| 10.4.2    | Lendenwirbelsäule und Beinhebel. . . . .                             | 104 |
| 10.4.3    | Lumbale Dehnung . . . . .                                            | 104 |
| 10.5      | <b>Schultergürtel.</b> . . . .                                       | 105 |
| 10.5.1    | Untersuchung . . . . .                                               | 105 |
| 10.5.2    | Behandlung . . . . .                                                 | 105 |
| 10.6      | <b>Brustwirbelsäule</b> . . . . .                                    | 106 |
| 10.6.1    | Untersuchung . . . . .                                               | 106 |
| 10.6.2    | Behandlung . . . . .                                                 | 106 |
| 10.7      | <b>Rippen</b> . . . . .                                              | 106 |
| 10.7.1    | Untersuchung . . . . .                                               | 106 |
| 10.7.2    | Behandlung . . . . .                                                 | 106 |
| 10.8      | <b>Halswirbelsäule</b> . . . . .                                     | 107 |
| 10.8.1    | Untersuchung . . . . .                                               | 107 |
| 10.8.2    | Behandlung . . . . .                                                 | 107 |
| <b>11</b> | <b>Techniken in Seitenlage.</b> . . . .                              | 108 |
| 11.1      | <b>Ilium</b> . . . . .                                               | 108 |
| 11.1.1    | Ilium anterior (Einschränkung nach posterior) . . . . .              | 108 |
| 11.1.2    | Ilium posterior (Einschränkung nach anterior) . . . . .              | 108 |
| 11.2      | <b>Lendenwirbelsäule</b> . . . . .                                   | 109 |
| 11.2.1    | Lendenwirbelsäule in Extension (Einschränkung der Flexion) . . . . . | 109 |
| 11.2.2    | Lendenwirbelsäule in Flexion (Einschränkung der Extension) . . . . . | 109 |

|             |                                                                                           |            |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 11.2.3      | Lendenwirbelsäule-Lordose-Dysfunktion. . . . .                                            | 110        |
| 11.2.4      | Lendenwirbelsäule in Seitneigung . . . . .                                                | 110        |
| <b>11.3</b> | <b>Halswirbelsäule, CTÜ, obere Brustwirbelsäule. . . . .</b>                              | <b>111</b> |
| 11.3.1      | Halswirbelsäule, CTÜ, obere Brustwirbelsäule in Flexion (Extensionsdysfunktion) . . . . . | 111        |
| 11.3.2      | Halswirbelsäule, CTÜ, obere Brustwirbelsäule in Extension (Flexionsdysfunktion) . . . . . | 112        |
| 11.3.3      | Halswirbelsäule, CTÜ, obere Brustwirbelsäule in Seitneigung . . . . .                     | 112        |
| 11.3.4      | Brustwirbelsäule in Rotation . . . . .                                                    | 112        |
| <b>11.4</b> | <b>Rippen . . . . .</b>                                                                   | <b>113</b> |
| 11.4.1      | Obere Rippen . . . . .                                                                    | 113        |
| 11.4.2      | Untere Rippen . . . . .                                                                   | 114        |
| <b>11.5</b> | <b>Schultergürtel. . . . .</b>                                                            | <b>114</b> |
| 11.5.1      | Allgemein . . . . .                                                                       | 114        |
| 11.5.2      | Glenohumerales Gleiten . . . . .                                                          | 114        |
| 11.5.3      | Humeruskopf . . . . .                                                                     | 115        |
| 11.5.4      | Labrum glenoidale . . . . .                                                               | 116        |
| <b>12</b>   | <b>Techniken im Sitzen . . . . .</b>                                                      | <b>117</b> |
| <b>12.1</b> | <b>Brustwirbelsäule . . . . .</b>                                                         | <b>117</b> |
| 12.1.1      | Brustwirbelsäule in Flexion (Extensionsdysfunktion) . . . . .                             | 117        |
| 12.1.2      | Brustwirbelsäule in Extension . . . . .                                                   | 118        |
| 12.1.3      | Brustwirbelsäule in Seitneigung . . . . .                                                 | 118        |
| 12.1.4      | Brustwirbelsäule in Rotation . . . . .                                                    | 119        |
| <b>12.2</b> | <b>Halswirbelsäule und CTÜ . . . . .</b>                                                  | <b>119</b> |
| 12.2.1      | Halswirbelsäule und CTÜ in Flexion (Extensionsdysfunktion) . . . . .                      | 119        |
| 12.2.2      | Halswirbelsäule und CTÜ in Extension (Flexionsdysfunktion) . . . . .                      | 120        |
| 12.2.3      | Halswirbelsäule und CTÜ in Seitneigung . . . . .                                          | 121        |
| 12.2.4      | Halswirbelsäule und CTÜ in Rotation . . . . .                                             | 121        |
| <b>12.3</b> | <b>Rippen . . . . .</b>                                                                   | <b>121</b> |
| 12.3.1      | Rippen in Inspirationsdysfunktion (Expirationseinschränkung) . . . . .                    | 121        |
| 12.3.2      | Rippen in Expirationsdysfunktion (Inspirationseinschränkung) . . . . .                    | 122        |
| <b>12.4</b> | <b>Lumbothorakaler Übergang und Crus diaphragmale. . . . .</b>                            | <b>123</b> |
| 12.4.1      | Untersuchung . . . . .                                                                    | 123        |
| 12.4.2      | Behandlung . . . . .                                                                      | 123        |
| <b>12.5</b> | <b>Wirbelsäule . . . . .</b>                                                              | <b>123</b> |
| 12.5.1      | Entlastung der Lendenwirbelsäule unter Traktion. . . . .                                  | 123        |
| 12.5.2      | Entlastung der Halswirbelsäule unter Traktion . . . . .                                   | 124        |
| <b>12.6</b> | <b>Untere Rippen und Brustwirbelsäule . . . . .</b>                                       | <b>124</b> |
| 12.6.1      | Untersuchung 1. Phase . . . . .                                                           | 125        |
| 12.6.2      | Behandlung 1. Phase . . . . .                                                             | 125        |
| 12.6.3      | Untersuchung 2. Phase . . . . .                                                           | 125        |
| 12.6.4      | Behandlung 2. Phase . . . . .                                                             | 125        |
| <b>12.7</b> | <b>Obere Rippen . . . . .</b>                                                             | <b>126</b> |
| 12.7.1      | Untersuchung 1. Phase . . . . .                                                           | 126        |
| 12.7.2      | Behandlung 1. Phase . . . . .                                                             | 127        |
| 12.7.3      | Untersuchung 2. Phase . . . . .                                                           | 127        |
| 12.7.4      | Behandlung 2. Phase . . . . .                                                             | 127        |
| <b>12.8</b> | <b>Halswirbelsäule und Weichteile . . . . .</b>                                           | <b>127</b> |
| 12.8.1      | Untersuchung . . . . .                                                                    | 127        |
| 12.8.2      | Behandlung . . . . .                                                                      | 127        |
| <b>13</b>   | <b>GOT und andere Methoden . . . . .</b>                                                  | <b>128</b> |
| <b>13.1</b> | <b>GOT und viszerale Osteopathie. . . . .</b>                                             | <b>128</b> |
| 13.1.1      | Mobilisation des Magens . . . . .                                                         | 128        |
| 13.1.2      | Mobilisation des Peritoneums . . . . .                                                    | 129        |
| 13.1.3      | Mobilisation von Zäkum, Radix mesenterium und Dünndarm . . . . .                          | 129        |
| 13.1.4      | Sigmoid und absteigendes Kolon . . . . .                                                  | 130        |

13.1.5 Linke Kolonflexur . . . . . 130

13.2 GOT und Muskelenergietechniken. . . . . 130

13.2.1 Muskelenergietechniken . . . . . 130

13.2.2 MET als Oberbegriff. . . . . 130

13.2.3 Anwendung der MET in der GOT . . . . . 133

13.3 GOT und Triggerpunktbehandlung . . . . . 135

13.3.1 Vorbemerkung . . . . . 135

13.3.2 Triggerpunktbehandlung in der GOT . . . . . 136

13.4 Zusammenfassung GOT und andere Methoden. . . . . 138

14 Literatur. . . . . 139

Sachverzeichnis . . . . . 141