

Inhaltsverzeichnis

	Vorwort	6
1	Einleitung	13
1.1	Hauptwirkungen	13
1.2	Kontraindikationen	13
1.2.1	Absolute Kontraindikationen	13
1.2.2	Relative Kontraindikationen (oft nur lokal)	13
1.3	Material	14
1.3.1	Tapehersteller	14
1.3.2	Kennzeichen von gutem Tapematerial	15
1.3.3	Farbe des Tapes	16
1.3.4	Schere	17
1.3.5	Sprühkleber	18
1.3.6	Grundausrüstung	18
1.4	Ablauf einer Tapebehandlung	18
2	Grundlagen der Wirkungsweise	19
2.1	Faszienkonzept	19
2.2	Schmerzkonzept	19
2.2.1	Hemmung der Nozizeption durch die Propriozeptoren	19
2.2.2	Einfluss des Tapes auf die WDR-Neuronen	20
2.3	Mikrozirkulationskonzept	21
2.4	Hautkonzept	22
2.4.1	Ruffini-Rezeptoren und freie Nervenendigungen als Überträger der Tape-Informationen?	22
2.4.2	Aufbau der Haut	23
2.4.3	Wirkung des Tapes über Dermatome	23
2.4.4	Wirkungen des Tapes über den viszerokutanen und kutiviszeralen Reflex	24
3	Diagnostikschema	26
3.1	Körperballonschema – Body-Balloon-Theorie	26
3.1.1	Osteopathische Relationen zum Körperballonschema	28
3.1.2	System der Körperbänder (Bodystraps)	30
3.2	Myofasziale Meridiane – anatomische Zuglinien nach Myers	32
3.2.1	Oberflächliche Rückenlinie – Superficial Back Line (SBL)	33
3.2.2	Oberflächliche Frontallinie – Superficial Front Line (SFL)	33
3.2.3	Tiefe vordere Linie – Deep Front Line (DFL)	34
3.2.4	Seitenlinie – Lateral Line (LL)	34
3.2.5	Spirallinie – Spiral Line (SL)	35
3.2.6	Armlinien	35
4	Wirkung bei verschiedenen Indikationen – Stand der Forschung	38
4.1	Übersicht wissenschaftlicher Studien	38
4.2	Wirksamkeit der Muskeltechnik	38
	<i>Stephan Mogel</i>	
4.2.1	Untersuchungsdesign	40

4.2.2	Tests	40
4.2.3	Interpretation aus Sicht eines Physiotherapeuten	41
4.2.4	Diskussion	42
4.2.5	Schlussfolgerung	43
5	Schnitttechniken (Shape)	44
5.1	Y-Shape.	44
5.2	I-Shape	44
5.3	X-Shape.	46
5.4	F-Shape.	46
5.5	W-Shape	47
5.6	D-Shape	48
5.7	KK-Shape.	49
6	Screeningtests.	50
6.1	Prüfung und Beurteilung	50
6.1.1	Auswahl der Tapeanlage	51
6.1.2	Zu beachtende Faktoren	52
6.1.3	Warum verwendet man Screeningtests?	52
6.2	Testbeschreibung.	52
6.2.1	Cervical Extension/Flexion Test	52
6.2.2	Upper Extremity Test	53
6.2.3	Upper Spine Test	54
6.2.4	Lower Spine Test	54
6.2.5	Abdominal Pressure Test	55
6.2.6	Thorax Test.	56
6.2.7	Straight Leg Raise (SLR)	57
6.2.8	Patrick-Test.	58
7	Muskeltechniken	59
7.1	Allgemeine Hinweise.	59
7.2	Halswirbelsäule	60
7.2.1	M. splenius cervicis/capitis	61
7.2.2	M. sternocleidomastoideus	63
7.2.3	Mm. scalenii	65
7.2.4	M. trapezius, Pars descendens.	67
7.3	Brustwirbelsäule	70
7.3.1	M. trapezius, Pars ascendens	70
7.3.2	M. rhomboideus major	72
7.4	Lendenwirbelsäule	74
7.4.1	M. erector spinae (sakrospinaler Anteil)	75
7.4.2	M. quadratus lumborum	77
7.5	Bauchmuskulatur.	80
7.5.1	M. rectus abdominis	80
7.5.2	M. obliquus externus abdominis	81

7.5.3	M. obliquus internus abdominis	82
7.5.4	M. transversus abdominis	83
7.6	Schulter	85
7.6.1	Insuffizienz der Rotatorenmanschette	86
7.6.2	M. supraspinatus	88
7.6.3	M. infraspinatus	90
7.6.4	M. teres minor	92
7.6.5	M. deltoideus	94
7.6.6	M. biceps brachii	96
7.6.7	M. pectoralis major, Pars clavicularis.	98
7.6.8	M. pectoralis major, Pars costosternalis	100
7.7	Obere Extremität	102
7.7.1	Extensoren – M. extensor carpi radialis longus et brevis/M. extensor digitorum communis.	102
7.8	Hüfte	104
7.8.1	M. iliopsoas	104
7.8.2	M. gluteus medius	107
7.8.3	M. gluteus maximus	109
7.8.4	M. piriformis	111
7.8.5	Adduktoren	113
7.9	Untere Extremität	116
7.9.1	M. rectus femoris.	116
7.9.2	Ischiokrurale Muskeln – Kombinationsanlage	117
7.9.3	M. triceps surae.	119
8	Ligamenttechnik/Spacetechnik	121
8.1	Allgemeine Hinweise	121
8.2	Schulter	122
8.2.1	Lig. scapulohumerale	122
8.2.2	Akromioklavikulargelenk	123
8.2.3	Sternoklavikulargelenk	124
8.3	Obere Extremität	125
8.3.1	Laterale Kapsel des Humeroradialgelenks – Spot-Anlage.	125
8.3.2	Handgelenk – Kapsel Articulatio radiocarpalis und Articulatio mediocarpalis	126
8.3.3	Ligamenttechnik bei Fingerdistorsion am Beispiel des proximalen Interphalangealgelenks (PIP)	127
8.3.4	Daumendistorsion im Sattelgelenk/Rhizarthrose	128
8.4	Untere Extremität	129
8.4.1	Lig. collaterale mediale, Knieinnenband.	129
8.4.2	Lig. collaterale laterale, Knieaußenband.	130
8.5	Triggerpunktbehandlung (hernierter Triggerpunkt)	131
8.5.1	Vorgehen	131

9	Faszientechniken	132
	<i>Arndt Fengler</i>	
9.1	Allgemeine Hinweise.	132
9.2	Faszientechnik	132
9.2.1	Schulterfaszien	134
9.2.2	Schultersubluxation	135
9.2.3	Akute Rippendysfunktionen	137
9.2.4	Kniedrainage, Hiatus tendineus	139
9.3	Korrektur- und Faszientechnik	140
9.3.1	Korrekturtechnik Regio supraclavicularis.	140
10	Korrekturanlagen/mechanische Korrekturtechnik	142
10.1	Allgemeine Hinweise.	142
10.1.1	Mechanische Korrekturtechnik 1	142
10.1.2	Mechanische Korrekturtechnik 2	142
10.2	Untere Extremität – Knie	142
10.2.1	Korrektur der Patella nach medial.	142
10.2.2	Tibialis-anterior-Syndrom	144
11	Nerventechniken	145
11.1	Allgemeine Hinweise.	145
11.2	Obere Wirbelsäule	145
11.2.1	Plexus brachialis	145
11.3	Untere Wirbelsäule.	147
11.3.1	N. ischiadicus	147
12	Lymphatische Tapeanlagen	148
	<i>Kristin Adler</i>	
12.1	Allgemeine Hinweise.	148
12.1.1	Lymphgefäßsystem	148
12.1.2	Anlage des Tapes nach der Lymphdrainage	150
12.1.3	Einfluss auf die Venen	150
12.1.4	Hämatome	150
12.2	Lymphanlage Gesicht	152
12.2.1	Lymphfächer mit 5–8 Zügeln	152
12.3	Lymphanlage Extremitäten	154
12.3.1	Obere Extremität – Lymphfächer mit 4–6 Zügeln	154
12.3.2	Untere Extremität und Rumpf – Lymphfächer mit 4–6 Zügeln	156
12.4	Lymphanlage Rumpfbereich	158
12.4.1	Anlage eines Lymphfächers im Rumpfbereich zur Überbrückung von Wasserscheiden	158
12.5	Behandlung von Eiweißfibrosen	160
12.5.1	Tapeanlage bei Eiweißfibrose	160

13	Funktionelle Korrekturtechniken	162
13.1	Allgemeine Hinweise	162
13.2	Obere Extremität	162
13.2.1	Anwendung im Bereich der Hand	162
13.2.2	Abduktionsschwäche der Schulter	164
13.3	Untere Extremität	165
13.3.1	Fußheberschwäche	165
14	Viszerales Taping	166
14.1	Magen/Leber	166
14.1.1	Diaphragma abdominale (unilateral)	166
14.1.2	Indikationsanlage Enteroptose (viszerale Ptose)	170
14.2	Darm	172
14.2.1	Colon ascendens, Colon transversum	172
14.2.2	Colon descendens	174
14.2.3	Colon descendens/ascendens – Variante	175
14.2.4	Kombination Ileozökalregion und N. cutaneus femoralis lateralis	176
14.2.5	Dünndarm	177
14.3	Blase	179
14.3.1	Inkontinenz und Senkungen	179
15	Indikationsanlagen	181
15.1	Wirbelsäule	181
15.1.1	HWS akut – Schleudertrauma	181
15.1.2	BWS-Haltungskorrektur	183
15.1.3	Skoliose	184
15.1.4	Monosegmentale Wirbeldysfunktionen	186
15.1.5	Schmerzkreuz LWS	187
15.2	Thorax	188
15.2.1	Diaphragma abdominale in Inspirationsdysfunktion (Einschränkung der Expiration)	188
15.2.2	Diaphragma abdominale in Expirationsdysfunktion (Einschränkung der Inspiration)	190
15.3	Schulter und obere Extremität	191
15.3.1	Schulterschmerz bei Sportlern	191
15.3.2	Rotatorenmanschettenruptur	191
15.3.3	Akromioklavikulargelenk – akute Verletzung	193
15.3.4	Akromioklavikulargelenk – Distorsion Grad I–II (Tossey I–II)	194
15.3.5	Tennisarm – Epicondylitis humeri radialis	195
15.3.6	Golferarm – Epicondylitis humeri ulnaris	196
15.4	Knie und untere Extremität	197
15.4.1	Entlastung des retropatellaren Gleitlagers im Knie	197
15.4.2	Gonarthrose	199
15.4.3	Gestörte Kniekontrolle bei Extension	201
15.4.4	Vorderer Kreuzbandriss	203
15.4.5	Interne Verstauchung	204
15.4.6	Talus- und Fibulakorrektur – modifizierte McMulligan-Technik	205

15.4.7	Achillessehne, Muskeltechnik Mm. gastrocnemii, Korrektur der Plantarfaszie	207
15.4.8	Hallux valgus.	209
15.5	Dysfunktionen des Os ilium.	210
15.5.1	Iliumdysfunktion in Anteriorität.	222
15.5.2	Iliumdysfunktion in Posteriorität	212
15.5.3	Sakrum in Nutation, bilaterale Flexionsdysfunktion	213
15.5.4	Insuffizienz der Spiral Line in Höhe des Beckens	214
15.6	Gynäkologie	215
15.6.1	Menstruationsschmerz	215
15.6.2	Abdominales Rückbildungstape.	216
15.6.3	Rektusdiastase.	217
15.6.4	Viszerale Ptose.	218
15.6.5	Entlastung der Brust – X-Shape	219
15.6.6	Entlastung der Brust – KK-Shape	220
16	Narbenbehandlung	221
	<i>Kristin Adler</i>	
16.1	Abdomen	221
16.1.1	Korrektur auf dem Abdomen	221
16.2	Untere Extremität	223
16.2.1	Korrektur am Oberschenkel auf dem Tractus iliotibialis	223
16.2.2	Korrektur auf dem Knie.	225
17	Studien	227
18	Literatur	228
19	Autoren	231
20	Abbildungsnachweis.	232
	Sachverzeichnis	233