

Inhalt

Vorwort	9	
I	Einleitung	11
II	Sprechwissenschaftlicher Teil	13
1	Was ist Manuelle Stimmtherapie?	13
1.1	Positive therapeutische Einflussnahme der MST durch Erkenntnisse, die auf den neurophysiologischen Zusammenhängen von Stress auf Atmung und Stimme basieren	15
1.2	Erforschung der Manuellen Therapie im Bereich der Dysphonie	16
1.3	Erforschung der körperlichen Fehlhaltungen und Verspannungen bei Dysphonie	20
2	Überblick der phoniatrischen Erkrankungen in Bezug auf die Manuelle Stimmtherapie	23
3	Stimmstörungen	25
3.1	Unterteilung von Stimmstörungen anhand ihrer Ursachen	25
3.1.1	Organische Stimmstörungen	25
3.1.2	Psychogene Stimmstörungen	26
3.1.3	Funktionelle Stimmstörungen	27
3.2	Klassifikation der Patienten nach Stimmgebrauch/Berufsbild	27
3.3	Untersuchungsmethoden	29
4	Funktionelle Stimmstörungen	31
4.1	Hyperfunktionelle versus hypofunktionelle Stimmstörungen	31
4.2	Ursachen funktioneller Stimmstörungen	33
4.3	Folgen funktioneller Stimmstörungen	35
4.4	Therapiemöglichkeiten	36
4.5	Aktive und passive Behandlungsmethoden	38
4.6	Betroffene Muskelgruppen	39

5	Theoretische Grundlagen von funktionellen Störungen des Bewegungsapparates	42
5.1	Was geschieht bei Bewegungsstörungen im Körper?	42
5.2	Welche unterschiedlichen Arten von Muskeltonus gibt es?	42
5.3	Was bedeutet die Bewegungsstörung für den Patienten konkret? Welche Symptome hat der Patient?	43
5.4	Welche Störungsketten gibt es? Wie können sie beschrieben werden?	44
5.4.1	Beispiele für funktionale Störungsketten	44
III	Therapeutische Anwendung	49
1	Manualtherapeutisches Behandlungsprogramm	49
1.1	Allgemeiner Befundbogen für das MST-Anamnesegespräch	51
1.2	Sichtbefund zur speziellen Inspektion	63
2	Laryngealer/zervikaler Bereich	65
2.1	Zungenbein (Os hyoideum)	65
2.1.1	Parietale Zungenbeintechnik	65
2.1.2	Technik für die suprahyoidale Muskulatur	70
2.2	Kehlkopf	71
2.2.1	Kehlkopfbehandlung (Variationsmöglichkeit: Dehnung des M. cricothyroideus)	74
2.2.2	Dehnstellung für die infrahyoidale Muskulatur	75
2.2.3	Dehnstellung für die vordere Halsmuskulatur	76
2.3	Atemhilfsmuskulatur	78
2.3.1	Musculus sternocleidomastoideus (Kopfwender)	78
2.3.1.1	Behandlung des M. sternocleidomastoideus	79
2.3.1.2	Musculi scaleni/Pleurakuppel	82
2.4	Atlantookzipitalgelenk	86
2.5	M. trapezius (Kappenmuskel)	88
2.5.1	Trapeziusbehandlung	88
2.5.2	Trapeziusdehnstellung zervikaler Anteil	91
3	Orofazialer/kranialer Bereich	92
3.1	Theoretische Grundlagen der Rhinolalie	92
3.2	Kopffaszie	93
3.3	Manualtherapeutisches Behandlungsprogramm des Gesichtsschädels	95
3.3.1	Mobilisierung der Sutura frontonasalis	95

3.3.2	Mobilisierung des Oberkiefers	97
3.3.3	Mobilisierung des harten Gaumens.	100
3.3.4	Behandlung Kiefergelenk.	102
3.3.4.1	Kompression/Dekompression des Kiefergelenks	102
3.3.4.2	Mobilisation des Kiefergelenks	104
3.3.5	Kaumuskulatur	107
3.3.5.1	Musculus pterygoideus medialis	107
3.3.5.2	Musculus pterygoideus lateralis	109
3.3.5.3	Musculus masseter	111
3.3.5.4	Musculus temporalis (Schläfenmuskel)	113
3.3.5.4.1	Behandlung des Muskelbauches	114
3.3.5.4.2	Behandlung des Ansatzes des M. temporalis	115
3.6	Behandlung der Zähne	116
3.7	Behandlung des Schädels	117
3.7.1	Frontallift, Parietallift, Temporallift	117
4	Pulmonal/thorakaler Bereich	121
4.1	Zwerchfell (Diaphragma)	121
4.1.1	Untersuchung Zwerchfell.	123
4.1.2	Zwerchfellbehandlung 1	125
4.1.3	Zwerchfellbehandlung 2	126
4.1.4	Zwerchfellmobilisation um 3 Achsen	128
4.2	Mobilisation des Brustbeins	131
4.3	Mobilisierung der Rippengelenke.	134
4.3.1	Therapie der Rippengelenke	134
4.4	Thoraxmobilisation/Lungenpleuramobilisation	138
4.5	Interkostalmuskulatur	140
4.6	Großer Brustmuskel (M. pectoralis major)	143
4.6.1	Untersuchung des M. pectoralis major	144
4.6.2	Behandlung des M. pectoralis major	144
5	Faszialer Bereich – Manualtechnisches Behandlungsprogramm der Faszien.	147
5.1	Fasziendiagnostik	147
5.2	Faszienmobilisation.	151

6	Segmentaler/vegetativer Bereich	154
6.1	Theoretische Grundlagen des vegetativen, somatischen oder viszeralen Nervensystems	154
6.2	Manualtechnisches Behandlungsprogramm der vegetativen Schaltstellen im kranio-sakralen Bereich (Parasympathikus)	155
6.2.1	Mobilisierung des atlanto-kranialen Überganges durch Lösung der kurzen Nackenmuskeln im Hinterhauptbereich	155
6.2.2	Atlas-/Axismobilisation	158
6.2.3	Mobilisierung des lumbosakralen und sakroiliakalen Überganges	160
6.3	Manualtechnisches Behandlungsprogramm der vegetativen Schaltstellen im thorakal-lumbal-kostalen Bereich (Sympathikus)	163
6.3.1	Mobilisation der Wirbelsäule	163
6.3.2	Therapie der Lendenwirbelsäule und Brustwirbelsäule	164
6.3.3	Mobilisation der Brustwirbelsäule bei hartnäckigen Blockierungen	167
7	Aktive Übungen bei Hypofunktionalität	171
7.1	Training Rückenmuskulatur	172
7.2	Training Bauchmuskulatur	174
7.3	Training der gesamten Rumpfmuskulatur	175
7.4	Übung zum Gesamtmuskeltraining	176
IV	Zusammenfassung	177
V	Literaturverzeichnis	178
VI	Abbildungsverzeichnis	182
VII	Wichtige Fachtermini	185