

20 Sachverzeichnis

A

Aktin-Myosin-Verbindungen 22

Aktinfilamente 22

Anatomie, Zeichnungen

- M. quadratus plantae 450
- M. abductor digiti minimi 437, 449
- M. abductor hallucis 449
- M. adductor brevis 444
- M. adductor hallucis 451
- M. adductor longus 443
- M. adductor magnus 444
- M. adductor pollicis 436
- M. anconaeus 433
- M. biceps brachii 433
- M. biceps femoris 445
- M. brachialis 434
- M. brachioradialis 434
- M. coracobrachialis 433
- M. deltoideus 433
- M. digastricus 428
- M. extensor carpi radialis brevis 434
- M. extensor carpi radialis longus 434
- M. extensor carpi ulnaris 434
- M. extensor digitorum 434
- M. extensor digitorum brevis 448
- M. extensor digitorum longus 448
- M. extensor hallucis brevis 448
- M. extensor hallucis longus 448
- M. extensor indicis 434
- M. flexor carpi radialis 434
- M. flexor carpi ulnaris 434
- M. flexor digitorum brevis 449
- M. flexor digitorum longus 448
- M. flexor digitorum profundus 435
- M. flexor digitorum superficialis 435
- M. flexor hallucis brevis 451
- M. flexor hallucis longus 448
- M. flexor pollicis longus 435
- M. gastrocnemius 446
- M. gluteus maximus 441
- M. gluteus medius 441
- M. gluteus minimus 442
- M. gracilis 443
- M. iliopsoas 441
- M. infraspinatus 432
- M. latissimus dorsi 426
- M. levator scapulae 431
- M. masseter 427
- M. occipitofrontalis 429
- M. opponens pollicis 437
- M. orbicularis oculi 429
- M. palmaris longus 434
- M. pectineus 443
- M. pectoralis major 439
- M. pectoralis minor 439
- M. peroneus brevis 447
- M. peroneus longus 447
- M. peroneus tertius 447
- M. piriformis 442
- M. plantaris 446
- M. popliteus 446
- M. pronator teres 433
- M. pterygoideus lateralis 427
- M. pterygoideus medialis 427
- M. quadriceps femoris 443
- M. sartorius 443
- M. semimembranosus 445
- M. semispinalis capitis 430
- M. semispinalis cervicis 430
- M. semitendinosus 445
- M. serratus anterior 440
- M. serratus posterior inferior 440
- M. serratus posterior superior 440
- M. soleus 446
- M. splenius capitis 430
- M. splenius cervicis 430
- M. sternalis 439
- M. sternocleidomastoideus 426
- M. subclavius 439

- M. subscapularis 433
 - M. supinator 435
 - M. temporalis 427
 - M. tensor fasciae latae 443
 - M. teres major 431
 - M. teres minor 431
 - M. tibialis anterior 447
 - M. tibialis posterior 448
 - M. trapezius 426
 - M. triceps brachii 433
 - M. zygomaticus major 429
 - Mm. interossei 438
 - Mm. interossei plantares 451
 - Mm. multifidi 430
 - Mm. obliqui capitis inferior et superior 431
 - Mm. recti capitis posterior major et minor 431
 - Mm. rhomboidei 432
 - Mm. scaleni 432
 - Mm. supraspinatus 432
 - Platysma 429
- Axonverästelungen 7

B

Barriere, muskuläre 22

D

deep friction 20
 Dehnen, reflektorische Wirkung 22
 Dehnen, statisches 23
 Dehnschmerz 22
 Dehnstellung 13
 Dehntechnik 23
 Dehnung, aktive 19
 Dehnung, passive 18
 Dehnung, therapeutische 21
 Dehnungsschmerz 21
 Druckpalpation 15
 Duodenalulkus 26
 Dysfunktion, viszerale 27

E

Ellenbogen-Finger-Schmerz 146
 Entgleisung, metabolische 7
 Ermüdbarkeit, schnelle 11

F

Faserbündel, verspannter 16
 Friktionsmassage, tiefe 20

G

Gelenkblockaden, segmentale 27
 Gewöhnungseffekt 22
 Golgi-Sehnenrezeptoren 22

H

Hemmung, antagonistische 22
 Hüft-, Oberschenkel- und Knie-Schmerz 296
 Hyperämie, reflektorische 13
 Hypoxie 11

I

Ischämische Kompression 19

J

Jump-Zeichen 15

K

Konvergenzfaszilitation 6
 Konvergenzprojektion 5
 Kopf- und Nackenschmerz 30

L

Leistungssportler 24

M

M. abductor digiti minimi
 – Anatomie und Schmerzausstrahlung 206, 402
 – Osteopathisches Vorgehen 208, 404
 M. abductor hallucis
 – Anatomie und Schmerzausstrahlung 394
 – Osteopathisches Vorgehen 396

- M. adductor brevis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 322
 - Osteopathisches Vorgehen 324
- M. adductor hallucis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 414
 - Osteopathisches Vorgehen 416
- M. adductor longus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 318
 - Osteopathisches Vorgehen 320
- M. adductor magnus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 326
 - Osteopathisches Vorgehen 328
- M. adductor pollicis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 198
 - Osteopathisches Vorgehen 200
- M. anconaeus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 138
 - Osteopathisches Vorgehen 140
- M. biceps brachii
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 126
 - Osteopathisches Vorgehen 128
- M. biceps femoris
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 330
 - Osteopathisches Vorgehen 332
- M. brachialis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 130
 - Osteopathisches Vorgehen 132
- M. brachioradialis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 146
 - Osteopathisches Vorgehen 148
- M. coccygeus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 272
 - Osteopathisches Vorgehen 274
- M. coracobrachialis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 122
 - Osteopathisches Vorgehen 124
- M. deltoideus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 118
 - Osteopathisches Vorgehen 120
- M. digastricus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 54
 - Osteopathisches Vorgehen 56
- M. erector spinae
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 246
 - Osteopathisches Vorgehen 250
- M. extensor carpi radialis brevis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 154
 - Osteopathisches Vorgehen 156
- M. extensor carpi radialis longus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 150
 - Osteopathisches Vorgehen 152
- M. extensor carpi ulnaris
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 158
 - Osteopathisches Vorgehen 160
- M. extensor digitorum
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 162
 - Osteopathisches Vorgehen 164
- M. extensor digitorum brevis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 386
 - Osteopathisches Vorgehen 388
- M. extensor digitorum longus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 370
 - Osteopathisches Vorgehen 372
- M. extensor hallucis brevis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 390
 - Osteopathisches Vorgehen 392

- M. extensor hallucis longus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 374
 - Osteopathisches Vorgehen 376
- M. extensor indicis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 166
 - Osteopathisches Vorgehen 168
- M. flexor carpi radialis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 178
 - Osteopathisches Vorgehen 180
- M. flexor carpi ulnaris
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 182
 - Osteopathisches Vorgehen 184
- M. flexor digitorum brevis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 398
 - Osteopathisches Vorgehen 400
- M. flexor digitorum longus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 378
 - Osteopathisches Vorgehen 380
- M. flexor digitorum profundus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 186
 - Osteopathisches Vorgehen 188
- M. flexor digitorum superficialis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 186
 - Osteopathisches Vorgehen 188
- M. flexor hallucis brevis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 418
 - Osteopathisches Vorgehen 420
- M. flexor hallucis longus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 382
 - Osteopathisches Vorgehen 384
- M. flexor pollicis longus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 190
 - Osteopathisches Vorgehen 192
- M. gastrocnemius
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 358
 - Osteopathisches Vorgehen 360
- M. gluteus maximus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 276
 - Osteopathisches Vorgehen 278
- M. gluteus medius
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 280
 - Osteopathisches Vorgehen 282
- M. gluteus minimus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 284
 - Osteopathisches Vorgehen 286
- M. gracilis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 314
 - Osteopathisches Vorgehen 316
- M. iliacus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 266
 - Osteopathisches Vorgehen 268
- M. iliocostalis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 246
 - Osteopathisches Vorgehen 250
- M. iliopsoas
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 266
 - Osteopathisches Vorgehen 268
- M. infraspinatus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 94
 - Osteopathisches Vorgehen 96
- Mm. interossei dorsales
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 210, 410
 - Osteopathisches Vorgehen 212, 412

- Mm. interossei palmares
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 210
 - Osteopathisches Vorgehen 212, 412
- Mm. interossei plantares
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 410
 - Osteopathisches Vorgehen 412
- M. latissimus dorsi
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 106
 - Osteopathisches Vorgehen 108
- M. levator ani
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 271
 - Osteopathisches Vorgehen 274
- M. levator scapulae
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 82
 - Osteopathisches Vorgehen 84
- M. longissimus
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 247
 - Osteopathisches Vorgehen 250
- M. masseter
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 38
 - Osteopathisches Vorgehen 40
- M. obicularis oculi, Osteopathisches Vorgehen 60
- M. obliquus internus abdominis
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 252
 - Osteopathisches Vorgehen 258
- M. obliquus externus abdominis
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 253
 - Osteopathisches Vorgehen 258
- M. obturatorius internus
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 270
 - Osteopathisches Vorgehen 274
- M. occipitofrontalis
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 62
 - Osteopathisches Vorgehen 64
- M. opponens pollicis
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 202
 - Osteopathisches Vorgehen 204
- M. orbicularis oculi
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 58
 - Osteopathisches Vorgehen 60
- M. palmaris longus
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 174
 - Osteopathisches Vorgehen 176
- M. pectineus
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 304
 - Osteopathisches Vorgehen 306
- M. pectoralis major
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 217
 - Osteopathisches Vorgehen 220
- M. pectoralis minor
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 222
 - Osteopathisches Vorgehen 224
- M. peroneus brevis
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 353
 - Osteopathisches Vorgehen 356
- M. peroneus longus
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 352
 - Osteopathisches Vorgehen 356
- M. peroneus tertius
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 354
 - Osteopathisches Vorgehen 356
- M. piriformis
- Anatomie und Schmerzausstrahlung 288
 - Osteopathisches Vorgehen 290

- M. plantaris
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 366
 - Osteopathisches Vorgehen 368
- M. popliteus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 338
 - Osteopathisches Vorgehen 340
- M. pronator teres
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 194
 - Osteopathisches Vorgehen 196
- M. psoas major
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 266
 - Osteopathisches Vorgehen 268
- M. psoas minor
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 266
 - Osteopathisches Vorgehen 268
- M. pterygoideus lateralis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 46
 - Osteopathisches Vorgehen 48
- M. pterygoideus medialis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 50
 - Osteopathisches Vorgehen 52
- M. pyramidalis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 254
 - Osteopathisches Vorgehen 258
- M. quadratus lumborum
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 262
 - Osteopathisches Vorgehen 264
- M. quadratus plantae
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 406
 - Osteopathisches Vorgehen 408
- M. quadriceps femoris
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 308
 - Osteopathisches Vorgehen 312
- M. rectus abdominis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 252
 - Osteopathisches Vorgehen 258
- M. rectus femoris
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 308 f.
 - Osteopathisches Vorgehen 312
- M. sartorius
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 300
 - Osteopathisches Vorgehen 302
- M. semispinalis capitis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 70
 - Osteopathisches Vorgehen 72
- M. semispinalis cervicis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 70
 - Osteopathisches Vorgehen 72
- M. semitendinosus, M. semimembranosus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 334
 - Osteopathisches Vorgehen 336
- M. serratus anterior
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 242
 - Osteopathisches Vorgehen 244
- M. serratus posterior inferior
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 238
 - Osteopathisches Vorgehen 240
- M. serratus posterior superior
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 234
 - Osteopathisches Vorgehen 236
- M. soleus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 362
 - Osteopathisches Vorgehen 364
- M. sphincter ani externus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 270
 - Osteopathisches Vorgehen 274

- M. spinalis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 248
 - Osteopathisches Vorgehen 250
- M. splenius capitis und M. splenius cervicis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 66
 - Osteopathisches Vorgehen 68
- M. sternalis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 230
 - Osteopathisches Vorgehen 232
- M. sternocleidomastoideus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 34
 - Osteopathisches Vorgehen 36
- M. subclavius
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 226
 - Osteopathisches Vorgehen 228
- M. subscapularis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 110
 - Osteopathisches Vorgehen 112
- M. supinator
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 170
 - Osteopathisches Vorgehen 172
- M. supraspinatus
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 90
 - Osteopathisches Vorgehen 92
- M. temporalis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 42
 - Osteopathisches Vorgehen 44
- M. tensor fasciae latae
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 296
 - Osteopathisches Vorgehen 298
- M. teres major
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 102
 - Osteopathisches Vorgehen 104
- M. teres minor
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 98
 - Osteopathisches Vorgehen 100
- M. tibialis anterior
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 344
 - Osteopathisches Vorgehen 346
- M. tibialis posterior
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 348
 - Osteopathisches Vorgehen 350
- M. transversus abdominis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 253
 - Osteopathisches Vorgehen 258
- M. trapezius 30
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 30
 - Osteopathisches Vorgehen 32
- M. triceps brachii
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 134
 - Osteopathisches Vorgehen 136
- M. vastus intermedius, lateralis, medialis
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 308 f.
 - Osteopathisches Vorgehen 312
- M. zygomaticus major
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 58
 - Osteopathisches Vorgehen 60
- Manuelle Inhibition 19
- Missempfindungen 13
- Mm. interossei dorsales
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 410
 - Osteopathisches Vorgehen 412
- Mm. interossei plantares
 - Anatomie und Schmerzausstrahlung 410
 - Osteopathisches Vorgehen 412

Mm. multifidi

- Anatomie und Schmerzausstrahlung 70

– Osteopathisches Vorgehen 72**Mm. obliqui capitis inferior et superior**

- Anatomie und Schmerzausstrahlung 74

– Osteopathisches Vorgehen 76**Mm. recti capitis posterior major et minor**

- Anatomie und Schmerzausstrahlung 74

– Osteopathisches Vorgehen 76**Mm. rhomboidei**

- Anatomie und Schmerzausstrahlung 114

– Osteopathisches Vorgehen 116**Mm. scaleni**

- Anatomie und Schmerzausstrahlung 86

– Osteopathisches Vorgehen 88**Muskel-Energie-Technik 19****Muskeldehnung 8, 22****Muskelmetabolismus 8****Muskeln, Behandlungstechnik 21**

Muskeln des Beckenbodens (M. obturatorius internus, M. sphincter ani externus, M. levator ani, M. coccygeus) 270

Muskeln, Untersuchung in Aktivität 13**Muskelspannung, isometrische 10****Muskelstrang, hypertoner, palpierbarer 9****Muskelstruktur, Veränderung 21****Muskeltonus 22****Myofascial Release 19****Myosinfilamente 22****N****Nerven, sympathische 7****Nervenfasern 26****Neuronanatomie 27****O****Oberflächensensibilität 13****P****Palpation, flache 15****Platysma**

- Anatomie und Schmerzausstrahlung 59

– Osteopathisches Vorgehen 60**Postisometrische Relaxation 19****R****Reaktionskette 27****Relaxation, postisometrische 22****Rückenmarksegment, Innervation 26****Rumpfschmerz, oberer 217****Rumpfschmerz, unterer 262****S****Sarkomer 9****Schmerz, muskelinduzierter 17****Schmerzbarriere 20****Schmerzguide**

- Beckenboden-Coccygeal-Schmerz 293

– Ellenbogenschmerzen 143**– Fußschmerzen 423****– ISG-Gluteal-Schmerz 292****– Kopfschmerzen 78****– Leistschmerzen 342****– Lumbaler Rückenschmerz 292****– Nackenschmerzen 79****– Obere Thoraxschmerzen 142****– Oberschenkel-Knie-Schmerz 342****– Rumpfschmerzen ventral 260****– Schulter-Oberarm-Schmerzen 142****– Unterarm-Hand-Schmerzen 214****– Unterschenkelsschmerzen 422****– Zahnschmerzen 79****Schmerzmuster 12–13****Schmerzreiz 5–6****Schmerzwahrnehmung 5–6****Schonhaltung 24****Schulter-Arm-Schmerz 82****Schwäche, muskuläre 11****Segment, faziiliertes 26**

Skelettmuskel

- Aufbau 8
 - Kontraktionsmechanismus 8
- Stretch-and-Spray-Technik 18

T

Thoraxschmerz, oberer 82

Tiefensensibilität 13

Tractus spinothalamicus 6–7

Triggerpunkte

- aktive, Symptome 3
- Aktivität 27
- Anamnese 12
- Auffinden 15
- begünstigende Faktoren 4
- Diagnostik 12
- Entstehung 4
- Klassifikation 3
- latente, Symptome 3
- mechanische Faktoren 24
- myofasziale 2
- Palpation 15
- Pathophysiologie 5
- Schmerz 5
- Spannungserhöhung 5
- Suche 13
- systemische Faktoren 25
- Therapie 18

U

Überdehnung 3

Überlastungsdysfunktion, muskuläre 3

Unterschenkel-, Knöchel- und Fuß-
schmerz 344

Y

Yoga 23

Z

Zangengriff 15

Zeichnungen, anatomische 426

Zuckungsreaktion, lokale 17