

# Inhaltsverzeichnis

Geleitwort von Prof. Dr. D. Gross .....	V	Supination – Pronation .....	34
Vorwort zur 2. Auflage .....	VI	Inversion – Eversion .....	34
Vorwort zur 1. Auflage .....	VI	Fußgelenke Ausgangsstellung Seitlage .....	35
Hinweise für den Benutzer .....	1	Dorsalextension – Plantarflexion .....	35
		Supination – Pronation .....	35
		Inversion – Eversion .....	35
<b>Theoretischer Teil</b>		Zehengelenke Ausgangsstellung	
Einteilung der Bewegungsformen .....	5	Rückenlage .....	36
Topographische Begriffe .....	5	Zehengrundgelenke .....	36
Bewegungsrichtungen .....	6	Dorsalextension – Plantarflexion .....	36
Verlauf der Körperachsen (auch vordere		Zehenspreizen = Abduktion – Adduktion	
Umschlagklappe) .....	6	in den MTP .....	37
Lage der Ebenen .....	6	Zehenmittel- und -endgelenke	
Gesichtspunkte bei der Ausführung der		Ausgangsstellung Rückenlage .....	38
Bewegungen .....	7	Zehenmittelgelenke .....	38
Anwendungsgebiete der passiven und		Dorsalextension – Plantarflexion .....	38
passiv-assistiven Bewegungen .....	7	Zehenendgelenke .....	39
Anwendungsgebiete der resistiven		Dorsalextension – Plantarflexion .....	39
Bewegungen .....	8	Zehengelenke Ausgangsstellung	
Wahl der Ausgangsstellung des Patienten ...	8	Bauchlage .....	40
		Zehengrundgelenke .....	40
		Dorsalextension – Plantarflexion .....	40
		Zehenspreizen = Abduktion – Adduktion ..	40
		Zehenmittel- und -endgelenke .....	41
		Dorsalextension – Plantarflexion .....	41
		Zehengelenke Ausgangsstellung Seitlage ...	42
		Zehengrundgelenke .....	42
		Dorsalextension – Plantarflexion .....	42
		Zehenspreizen = Abduktion – Adduktion ..	42
		Zehenmittel- und -endgelenke .....	42
		Dorsalextension – Plantarflexion .....	42
<b>Praktischer Teil · Grifftechnik der passiven</b>		<b>Obere Extremität</b> .....	43
<b>und passiv-assistiven Bewegungen und</b>		Schultergelenk Ausgangsstellung	
<b>Grifftechnik der resistiven Bewegungen in</b>		Rückenlage .....	43
<b>der Krankengymnastik</b>		Anteflexion .....	43
		Elevation – Retroversion	
		(= Anteflexion – Extension) .....	43
		Abduktion – Adduktion .....	44
		Horizontale Abduktion –	
		Horizontale Adduktion .....	45
		Rotation .....	46
		Zirkumduktion .....	47
		Schultergelenk Ausgangsstellung	
		Bauchlage .....	48
		Elevation – Retroversion .....	48
		Abduktion – Adduktion .....	49
		Horizontale Abduktion –	
		Horizontale Adduktion .....	50
		Rotation .....	51
		Schultergelenk Ausgangsstellung Seitlage ...	52
		Elevation – Retroversion .....	52
		Abduktion – Adduktion .....	53
		Horizontale Abduktion –	
		Horizontale Adduktion .....	54
		Rotation .....	55
		Zirkumduktion .....	55
		Schultergelenk Ausgangsstellung Sitz .....	56
		Elevation – Retroversion .....	56
<b>Untere Extremität</b> .....	13		
Hüftgelenk Ausgangsstellung Rückenlage ...	13		
Flexion – Extension mit Flexion des			
Kniegelenkes .....	13		
Flexion – Extension bei gestrecktem			
Kniegelenk .....	14		
Flexion – Retroversion .....	15		
Abduktion – Adduktion .....	16		
Rotation .....	17		
Zirkumduktion .....	19		
Hüftgelenk Ausgangsstellung Bauchlage ...	20		
Retroversion, Hyperextension – Flexion ...	20		
Abduktion – Adduktion .....	21		
Rotation .....	22		
Hüftgelenk Ausgangsstellung Seitlage .....	23		
Flexion – Retroversion .....	23		
Abduktion – Adduktion .....	24		
Rotation .....	25		
Kniegelenk Ausgangsstellung Rückenlage ...	26		
Flexion – Extension .....	26		
b) unter Mitbewegung des Hüftgelenkes ..	23		
c) unter Ausschaltung des Hüftgelenkes ..	27		
Kniegelenk Ausgangsstellung Bauchlage ...	28		
Flexion – Extension .....	28		
Kniegelenk Ausgangsstellung Seitlage .....	29		
Flexion – Extension .....	29		
Kniegelenk Ausgangsstellung Sitz .....	30		
Flexion – Extension .....	30		
Fußgelenke Ausgangsstellung Rückenlage ..	31		
Dorsalextension – Plantarflexion .....	31		
Supination – Pronation .....	32		
Inversion – Eversion .....	32		
Fußgelenke Ausgangsstellung Bauchlage ...	33		
Dorsalextension – Plantarflexion .....	33		

Abduktion – Adduktion .....	57	Schultergürtel Ausgangsstellung Sitz .....	84
Horizontale Abduktion –		Heben – Senken	
Horizontale Adduktion .....	58	(= Elevation – Depression) .....	84
Rotation .....	59	Vor- und Rückführen .....	85
Zirkumduktion .....	59	Schultergürtelkreisen und Diagonalver-	
Ellbogengelenk Ausgangsstellung		schiebungen des Schulterblattes .....	85
Rückenlage .....	60	<b>Wirbelsäule</b> .....	86
Flexion – Extension .....	60	Halswirbelsäule Ausgangsstellung	
Supination – Pronation .....	61	Rückenlage .....	86
Ellbogengelenk Ausgangsstellung Seitlage ..	62	Flexion – Extension .....	86
Flexion – Extension .....	62	Lateroflexion .....	87
Supination – Pronation .....	62	Rotation .....	87
Ellbogengelenk Ausgangsstellung Sitz .....	63	Kombination der HWS Bewegungen .....	87
Flexion – Extension .....	63	Halswirbelsäule Ausgangsstellung	
Supination – Pronation .....	64	Bauchlage .....	88
Handgelenk Ausgangsstellung Rückenlage,		Flexion – Extension .....	88
Seitlage, Sitz .....	65	Lateroflexion .....	88
Volarflexion – Dorsalextension .....	65	Rotation .....	89
Radiale Abduktion – Ulnare Abduktion .....	67	Kombination der HWS Bewegungen .....	89
Zirkumduktion .....	68	Halswirbelsäule Ausgangsstellung	
Fingergelenke Ausgangsstellung		Seitlage .....	90
Rückenlage, Seitlage, Sitz .....	69	Flexion – Extension .....	90
Fingergrundgelenke: Flexion – Extension .....	69	Lateroflexion .....	90
Abduktion – Adduktion .....	71	Rotation .....	91
Fingermittel- und -endgelenke .....	72	Kombination der HWS Bewegungen .....	91
Flexion – Extension .....	72	Halswirbelsäule Ausgangsstellung Sitz .....	92
Fingerendgelenke .....	73	Flexion – Extension .....	92
Flexion – Extension .....	73	Lateroflexion .....	93
Kombinationsbewegungen aller Finger-		Rotation .....	93
gelenke .....	73	Kombination der HWS Bewegungen .....	93
Daumensattelgelenk .....	74	Brust- und Lendenwirbelsäule Ausgangsstel-	
Radialabduktion – Radialadduktion .....	74	lung Rückenlage .....	94
Palmarabduktion – Palmaradduktion .....	75	Flexion – Extension BWS .....	94
Opposition – Reposition .....	76	Flexion – Extension LWS .....	95
Daumengrund- und -endgelenk .....	77	Lateroflexion BWS .....	95
Flexion – Extension .....	77	Lateroflexion LWS .....	96
Schultergürtel Ausgangsstellung		Rotation .....	96
Rückenlage .....	78	Brust- und Lendenwirbelsäule Ausgangsstel-	
Heben – Senken		lung Bauchlage .....	97
(= Elevation – Depression) .....	78	Extension .....	97
Vor- und Rückführen .....	79	Lateroflexion .....	97
Schultergürtelkreisen und Diagonalver-		Rotation .....	97
schiebungen der Schulterblätter .....	79	Brust- und Lendenwirbelsäule Ausgangsstel-	
Schultergürtel Ausgangsstellung		lung Seitlage .....	98
Bauchlage .....	80	Flexion – Extension .....	98
Heben – Senken		Lateroflexion .....	98
(= Elevation – Depression) .....	80	Rotation .....	99
Vor- und Rückführen .....	81	Brust- und Lendenwirbelsäule Ausgangsstel-	
Schultergürtelkreisen und Diagonalver-		lung Sitz .....	100
schiebungen des Schulterblattes .....	81	Flexion – Extension .....	100
Schultergürtel Ausgangsstellung Seitlage ..	82	Lateroflexion .....	100
Heben – Senken		Rotation BWS und Flexion –	
(= Elevation – Depression) .....	82	Extension LWS .....	101
Vor- und Rückführen .....	82	Rotation BWS .....	101
Schultergürtelkreisen und Diagonalver-		Die Lagerungen .....	102
schiebungen des Schulterblattes .....	83		