

Inhalt

	Vorwort	11
1	Einleitung	13
	Warum Reflextherapie? Die biokybernetische Basis Störfaktoren und Funktionsstörung Der überwertete Degenerationsbegriff Die dreidimensionale Diagnostik als therapeutische Voraussetzung	
2	Schmerz und Schmerzmechanismen	21
	Was ist Schmerz? Schmerzempfindung und Schmerzqualitäten	
2.1	Schmerztheorien	22
	Die historische Entwicklung Der multidimensionale Schmerzaufbau Die Gate-control-Theorie Reflextherapeutische Aspekte	
2.2	Die Schmerzäußerung am Bewegungsapparat	25
	Die Wertigkeit von Rezeptor und Faserstärke Der Nozizeptionsbegriff Zentrale Schaltebenen Schmerzausstrahlung	
2.2.1	Pseudoradikuläre Schmerzen und Syndromaufbau	27
	Die Reizbeantwortung Vom Hartspann zur Myotendinopathie Triggerpunkte und Referenzonen	
2.2.2	Projektionsschmerzen – referred pain	30
	Headsche Zonen Die Haut als Repräsentationsgebiet	
2.2.3	Radikuläre Schmerzen	30
	Die Rolle der Kompression Sensorische und motorische Ausfälle Das segmentgebundene Algesieverhalten	
2.2.4	Vegetative Schmerzreaktionen	31
	Anatomische Vorbemerkungen C-Fasern und sympathische Efferenz Die drei Phasen der vegetativen Antwort	
2.2.5	Synopse des Schmerzgeschehens	32

6	<i>Inhalt</i>	
3	Der segmentalreflektorische Komplex	33
	Bewegungssegment und Vertebrae Die segmentale Funktionsverketzung Die Integration von Schmerz- und Therapiemechanismen	
4	Reiz und Regulation	35
	Reiz und Gewöhnung Impuls- und Sprungantwort Die <i>Wildersche</i> Ausgangsregel Reflextherapeutische Konsequenzen	
5	Kriterien der Auswahl und Anwendung reflextherapeutischer Methoden	36
	Das Primat der gestörten Funktion Pathogenetische Führungsstruktur und Akuität Probebehandlung und gezielte Polypragmasie Konstitutions- und Reaktionstypologie Die therapeutische Reizintensität	
5.1	Reflextherapien über Kutis und Subkutis	41
	Salben und Linimente Thermische Verfahren Bindegewebsmassage Quaddelung und Akupunktur Elektrotherapie Indikationen und Kontraindikationen	
5.2	Reflextherapien über die Muskulatur	43
	Die Wirkung der Massage Das postisometrische Dehnen Die Rolle der Heilgymnastik Infiltrationstherapie und Locus-dolendi-Akupunktur	
5.3	Reflextherapien an Gelenken und Bandapparat	44
	Das Gelenk als Steuerungsorgan Chirotherapie und Lokalanästhetika Adjuvante Methoden	
5.4	Reflextherapien über Ganglien, Nervenwurzeln und an peripheren Nerven	45
	Die Wirkung der therapeutischen Blockade Hauptindikationen	
6	Behandlungstechniken	47
	Zur Wertigkeit von Einzelmethoden Warum Präferenzen?	

6.1 Thermische Verfahren	48
<ul style="list-style-type: none"> Einleitung Die Kryotherapie Die Hydrotherapie Peloidanwendungen (Moor, Fango, Lehm) Kneippmethoden Das Überwärmungsbad Kontraindikationen 	
6.2 Elektrotherapeutische Verfahren	53
<ul style="list-style-type: none"> Diadynamische Ströme Der Ultrareizstrom nach <i>Träbert</i> Interferenzstromtherapie Transkutane elektrische Nervenstimulation zur Selbstbehandlung (TENS) Kontraindikationen 	
6.3 Die therapeutische Anwendung der Lokalanästhetika	56
<ul style="list-style-type: none"> Die historische Entwicklung Die Chemie der Lokalanästhetika Wirkungsspektrum und -mechanismen Nebenwirkungen und Kontraindikationen Das therapeutische Rüstzeug 	
6.3.1 Die Quaddeltherapie	60
<ul style="list-style-type: none"> Die richtige Applikation Paravertebrale Quaddelung Quaddelung der Sakralgegend Quaddelung der großen Gelenke Quaddellung von Projektionsschmerzzone 	
6.3.2 Topische Injektionen und Infiltrationen in Muskulatur, Sehnen und Bänder	61
<ul style="list-style-type: none"> Die Suche und Behandlung von Triggerpunkten Die Infiltrationsbehandlung von Myotendinopathien häufig betroffener Regionen Intraligamentäre Applikationen 	
6.3.3 Intraartikuläre und periartikuläre Injektionen	69
<ul style="list-style-type: none"> Wesentliche Vorbemerkungen Prinzipielles zur Technik Intra- und periartikuläre Injektionen im Wirbelsäulenbereich Die intraartikuläre Injektion ins Iliosakralgelenk Intraartikuläre und periartikuläre Injektionen in und an die großen Gelenke (Schulter-, Hüft- und Kniegelenk) Intraartikuläre Injektionen in kleine Gelenke 	
6.3.4 Therapeutische Blockaden	73
<ul style="list-style-type: none"> Die Nervenwurzelblockade in der Lumbalregion Wurzelblockaden in der Thorakal- und Zervikalregion Die epidurale Injektion Sympathikusblockaden Die Stellatumblockade Die Injektion ans Ganglion cervicale superius Die lumbale Sympathikusblockade 	

6.3.5	Die probatorische Anwendung der Lokalanästhetika	78
	Das Sekundenphänomen	
	Techniken der Herdsuche	
	Aussagen über die Zwischenfallsbilanz	
6.4	Die Akupunktur	81
	Einleitende Vorbemerkungen	
	Entmystifizierung	
	Meridiane und Muskelketten	
6.4.1	Meridiane und Punkte	82
	Der Herzmeridian	
	Der Dünndarmmeridian	
	Der Blasenmeridian	
	Der Nierenmeridian	
	Der Kreislauf- und Sexualmeridian	
	Der Meridian des dreifachen Erwärmers	
	Der Gallenblasenmeridian	
	Der Lebermeridian	
	Der Lungenmeridian	
	Der Dickdarmmeridian	
	Der Magenmeridian	
	Der Milz-Pankreas-Meridian	
	Der vordere Mittellinienmeridian – das Konzeptionsgefäß	
	Der rückwärtige Mittellinienmeridian – das Lenkergefäß	
6.4.2	Punkte außerhalb der Meridiane und neue Punkte	99
6.4.3	Allgemeine Behandlungsrichtlinien	99
	Nadelwahl und Stichtechnik	
	Zahl und Verweildauer der Nadeln	
	Kriterien der Punktwahl	
6.4.4	Behandlungsvorschläge für häufig betroffene Schmerzregionen	100
	Bewährte Behandlungsprogramme	
6.4.5	Die Laserakupunktur	103
6.5	Manuelle Medizin	103
	Begriffsbestimmung	
	Die therapeutischen Reizqualitäten	
6.5.1	Die Patientenlagerung	104
	Der Behandlungstisch	
	Die Stufenlagerung	
	Halsstützen	
	Bett und Polster (Kissen)	
	Die Schlafhaltung	
6.5.2	Die klassische Massage	106
	Kombinationsmöglichkeiten	
	Zur einleitenden Palpation	
	Die Streichung (Effleurage)	
	Die Reibung (Friktion)	
	Die Klopfung (Tapotement)	
	Die Knetung (Pétrissage)	

	Die Erschütterung (Vibration)	
	Kontraindikationen	
6.5.3	Spezialmassagen – ein Überblick	110
6.5.4	Die Bindegewebsmassage	111
	Reflektorische Wechselbeziehungen	
	Prinzipielles der Technik	
	Aufbau und Strichführung	
	Indikationen und Kontraindikationen	
6.5.5	Osteopathische/ Chirotherapeutische Techniken	116
	Die historische Entwicklung	
	Das Wirkungsprinzip	
	Weichteiltechniken	
	Mobilisationen, Isometrics	
	Manipulationen	
	Memorandum zur Verhütung von Zwischenfällen	
	Die Zwischenfallsbilanz	
	Im Einzelfall zu beachten	
6.5.6	Behandlungstechniken für die Lumbaregion	122
6.5.7	Behandlungstechniken für die Thorakalregion	127
6.5.8	Behandlungstechniken für den zervikothorakalen Übergang .	132
6.5.9	Behandlungstechniken für die Zervikalregion	132
6.5.10	Behandlungstechniken für die Schulter-Arm-Region	137
6.5.11	Behandlungstechniken für die Becken-Bein-Region	141
7	Behandlungsvorschläge für häufige Erkrankungen des Bewegungsapparates	148
	Beschränkung der Medikotherapie	
	Zur Auswahl reflextherapeutischer Methoden	
	Behandlungsschlüssel	
7.1	Schmerzsyndrome der Lenden-Becken-Hüft-Region	148
	Akute diskogene Wurzelsyndrome mit radikulärer Symptomatik (Bandscheibenprolaps)	
	Akute Lumbalsyndrome ohne radikuläre Symptomatik	
	Blockierungsbedingte chronische Lumbalgien	
	Instabilitätsbedingte Lumbalgien	
	Interspinosussyndrom (M. Bastrup)	
	Akutes Osteoporosesyndrom	
	Chronisches Osteoporosesyndrom	
	M. Bechterew der Lumbalregion	
	Kokzygodynie	
	Postischialgische Durchblutungsstörung	
7.2	Thorakale Schmerzsyndrome	149
	Thorakales Wurzelkompressionssyndrom	
	Blockierungsbedingte akute thorakale Schmerzsyndrome	
	Blockierungsbedingte chronische thorakale Schmerzsyndrome	
	Viszerovertebrale bzw. vertebroviszerale Schmerzprojektionen	
	M. Scheuermann	
	M. Bechterew der Thorakalregion	
	Skapulokostales Syndrom	

7.3	Zervikale Schmerzsyndrome	150
	Zervikaler Diskusprolaps	
	Blockierungsbedingte Zervikobrachialgien	
	Akuter Tortikollis	
	Blockierungssyndrome der Kopfgelenkregion	
	Anteflexionskopfschmerz	
	Schleudertrauma der Halswirbelsäule	
7.4	Erkrankungen der oberen Extremitäten	151
	Schulter-Arm-Syndrom	
	Epicondylitis humeri radialis	
	Epicondylitis humeri ulnaris	
	Schmerzen der Hand- und Fingergelenke	
	Karpaltunnelsyndrom	
7.5	Erkrankungen der unteren Extremitäten	152
	Koxarthrose	
	Koxalgie	
	Gonarthrose	
	Schmerzen im Sprunggelenkbereich	
	Achillodynie	
	Senk- und Spreizfußbeschwerden	
	Der sogenannte Fersensporn	
8	Epilog	154
	Literatur	156