

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Manuelle Therapie: Konzept, Wirkungsmechanismen</b> .....	<b>1</b>
1.1	Einleitung, Begriffsbestimmung .....	2
1.2	Therapiearten .....	6
1.2.1	Mobilisation ohne Impuls .....	6
1.2.2	Mobilisation mit Impuls (Manipulation) .....	7
1.2.3	Neuromuskuläre Therapie (NMT) .....	8
1.2.3.1	NMT 1: Mobilisation unter Ausnützung der direkten Muskelkraft der Agonisten .....	9
1.2.3.2	NMT 2: Mobilisation unter Ausnützung der postisometrischen Relaxation der Antagonisten .....	10
1.2.3.3	NMT 3: Mobilisation unter Ausnützung der reziproken Hemmung der Antagonisten .....	13
<b>2</b>	<b>Indikation zur manuellen Therapie</b> .....	<b>4</b>
<b>3</b>	<b>Reaktionen der Patienten auf manuelle Therapie</b> ..	<b>16</b>
<b>4</b>	<b>Kontraindikationen der manuellen Therapie</b> .....	<b>17</b>
<b>5</b>	<b>Manuelle Therapie</b>	
	Dokumentation der Untersuchungsbefunde .....	22
C <sub>0</sub> /C <sub>1</sub>	Mobilisation ohne Impuls: Inklinatlon/Reklination .....	24
C <sub>0</sub> bis C <sub>3</sub>	Mobilisation ohne Impuls: Traktion axial .....	25
C <sub>1</sub> /C <sub>2</sub>	Mobilisation ohne Impuls: Rotation .....	26
C <sub>0</sub> bis C <sub>3</sub>	Mobilisation mit Impuls: Traktion/Reklination .....	27
C <sub>0</sub> bis C <sub>3</sub>	Mobilisation mit Impuls: Traktion .....	28
C <sub>0</sub> bis C <sub>3</sub>	Mobilisation mit Impuls: Traktion .....	29
C <sub>0</sub> bis C <sub>3</sub>	Mobilisation mit und ohne Impuls: Traktion .....	30
C <sub>1</sub> /C <sub>2</sub>	Mobilisation mit Impuls: Rotation .....	31
C <sub>0</sub> /C <sub>1</sub>	NMT 1 und autonome Mobilisation: Inklinatlon/Reklination ..	32
C <sub>1</sub> /C <sub>2</sub>	NMT 1 und autonome Mobilisation: Rotation .....	33
C <sub>1</sub> /C <sub>2</sub>	NMT 2 und NMT 3: Rotation .....	34
C <sub>0</sub> /C <sub>3</sub>	NMT 2 und NMT 3: Inklinatlon .....	36
C <sub>2</sub> bis Th <sub>3</sub>	Mobilisation ohne Impuls: Rotation .....	37
C <sub>2</sub> bis Th <sub>1</sub>	Mobilisation mit Impuls: Rotation .....	38
C <sub>2</sub> bis Th <sub>3</sub>	Mobilisation mit Impuls: Rotation/Lateralflexion .....	41
C <sub>2</sub> bis Th <sub>1</sub>	NMT 1 und autonome Mobilisation: Rotation .....	42

C <sub>2</sub> bis Th <sub>3</sub>	NMT 2 und NMT 3: Rotation	43
C <sub>2</sub> bis C <sub>7</sub>	NMT 2 und NMT 3: Lateralflexion	44
C <sub>5</sub> bis Th <sub>4</sub>	Mobilisation mit und ohne Impuls: Rotation und Lateralflexion	45
Th <sub>1</sub> bis Th <sub>4</sub>	NMT 1, autonome Mobilisation, Mobilisation ohne Impuls, Extension	46
C <sub>6</sub> bis Th <sub>4</sub>	Mobilisation mit Impuls: Rotation	47
C <sub>6</sub> bis Th <sub>4</sub>	Mobilisation mit Impuls: Rotation, Lateralflexion und Extension	48
Th <sub>3</sub> bis Th <sub>10</sub>	Mobilisation ohne Impuls: Rotation	49
Th <sub>3</sub> bis Th <sub>10</sub>	Mobilisation ohne Impuls und NMT 2: Extension	50
Th <sub>3</sub> bis Th <sub>10</sub>	Mobilisation ohne Impuls und NMT 2: Rotation	52
Th <sub>3</sub> bis Th <sub>10</sub>	Mobilisation mit Impuls: Traktion/Flexion	53
Th <sub>3</sub> bis Th <sub>10</sub>	Mobilisation mit Impuls: Extension/Rotation	54
Th <sub>3</sub> bis Th <sub>10</sub>	Mobilisation mit Impuls: Rotation	55
Th <sub>8</sub> bis Th <sub>12</sub>	Mobilisation mit Impuls: Rotation	57
Th <sub>8</sub> bis Th <sub>12</sub>	Mobilisation mit und ohne Impuls: Rotation	58
Th <sub>10</sub> bis S	Mobilisation ohne Impuls: Rotation	59
Th <sub>12</sub> bis S	Mobilisation ohne Impuls und NMT 2: Rotation	60
Th <sub>10</sub> bis S	NMT 1 und autonome Mobilisation: Rotation	61
L <sub>1</sub> bis L <sub>5</sub>	Mobilisation mit Impuls: Rotation	62
L <sub>1</sub> bis L <sub>5</sub>	Mobilisation mit Impuls: Rotation/Flexion	66
L <sub>2</sub> bis L <sub>5</sub>	Mobilisation mit Impuls: Rotation und Lateralflexion	68
L <sub>5</sub> /S	Mobilisation ohne Impuls und NMT 2: Flexion	70
ISG	Mobilisation ohne Impuls und NMT 1: ventral	70
ISG	Mobilisation mit Impuls: Nutation ventral/kaudal	72
ISG	Mobilisation mit Impuls: Nutation ventral	74
ISG	Mobilisation mit Impuls: Flexion und Nutation axial/kranial	76
ISG	Mobilisation mit Impuls: Extension	78
ISG	NMT 1: Nutation	80
ISG	NMT 1 und NMT 2: Nutation	81
1. Rippe:	Mobilisation ohne Impuls: kaudal	82
Rippen VI bis XII:	Mobilisation ohne Impuls: ventral	84
1. Rippe:	Mobilisation mit Impuls: kaudal/ventral	85
Rippen II bis VI:	Mobilisation mit Impuls: ventral	86
Rippen VI bis XII:	Mobilisation mit Impuls: ventral und lateral	87
Rippen V bis XII:	Mobilisation mit Impuls: ventral/kaudal	88
Rippen II bis XII:	Mobilisation ohne Impuls und NMT 1: ventral	89
Rippen IV bis XII:	Mobilisation ohne Impuls und NMT 1: ventral	90
Rippen IV bis XII:	NMT 2: ventral	91
M. sternocleidomastoideus:	NMT 2	92
Mm. scaleni:	NMT 2	93
Pars descendens des M. trapezius:	NMT 2	94
M. levator scapulae:	NMT 2	95
M. pectoralis major:	NMT 2	96
M. erector spinae im Lumbalbereich:	NMT 2	97
M. quadratus lumborum:	NMT 2	98
M. tensor fasciae latae:	NMT 2	99
M. iliopsoas:	NMT 2	100
M. piriformis:	NMT 2	102
M. quadriceps femoris:	NMT 2	103
M. rectus femoris:	NMT 2	104
M. adductor longus, M. adductor brevis, M. adductor magnus, M. gracilis:	NMT 2	105
M. biceps femoris, M. semitendinosus, M. semimembranosus:	NMT 2	106
M. triceps surae:	NMT 2	107

# Inhaltsverzeichnis

---

Handgelenksextensores: NMT 2	108
Schultergelenk: Mobilisation ohne Impuls: Traktion	109
Schultergelenk: Mobilisation ohne Impuls: kaudal	110
Schultergelenk: Mobilisation ohne Impuls: dorsal	111
Schultergelenk: Mobilisation ohne Impuls: ventral	112
Sternoklavikulargelenk: Mobilisation ohne Impuls nach dorsal (kaudal)	113
Akromioklavikulargelenk: NMT 1, kranial	114
Schulterblatt: Mobilisation ohne Impuls: kranial/kaudal, medial/lateral	115
Ellbogengelenk: Mobilisation ohne Impuls: Traktion	116
Radiusköpfchen: Mobilisation ohne Impuls: dorsal/ventral	118
Distales Radioulnargelenk: Mobilisation ohne Impuls: dorsal/kubital	119
Proximales und distales Handgelenk: Mobilisation ohne Impuls: Traktion	120
Proximales (distales) Handgelenk: Mobilisation ohne Impuls: palmar (dorsal)	121
Proximales Handgelenk: Mobilisation ohne Impuls: ulnar (radial)	122
Handwurzelknochen: Mobilisation ohne Impuls: dorsal/palmar	123
Fingergelenke: Mobilisation ohne Impuls: Traktion	124
Fingergelenke: Mobilisation ohne Impuls: palmar (dorsal)	125
Hüftgelenk: Mobilisation ohne Impuls: Traktion (kaudal)	126
Hüftgelenk: Mobilisation ohne Impuls: dorsal	127
Hüftgelenk: Mobilisation ohne Impuls: ventral	128
Hüftgelenk: Mobilisation ohne Impuls: Traktion (lateral)	129
Femoropatelläres Gleitlager: Mobilisation ohne Impuls: distal (medial/lateral)	130
Kniegelenk: Mobilisation ohne Impuls: Traktion	131
Kniegelenk: Mobilisation ohne Impuls: ventral (dorsal)	132
Proximales (distales) Tibiofibulargelenk: Mobilisation ohne Impuls: ventral/dorsal	133
Oberes Sprunggelenk: Mobilisation ohne Impuls: Traktion	134
Oberes Sprunggelenk: Mobilisation ohne Impuls: ventral (dorsal)	135
Fußwurzelknochen und Tarsometatarsalgelenke: Mobilisation ohne Impuls: plantar (dorsal)	136
Zehengelenke: Mobilisation ohne Impuls: Traktion	137
Zehengelenke: Mobilisation ohne Impuls: plantar/dorsal	138
<b>6 Heimtraining</b>	<b>139</b>
<b>Sachverzeichnis</b>	<b>148</b>