

Richter / Hebgen

Triggerpunkte und Muskelfunktionsketten

Leseprobe

[Triggerpunkte und Muskelfunktionsketten](#)

von [Richter / Hebgen](#)

Herausgeber: MVS Medizinverlage Stuttgart



<http://www.narayana-verlag.de/b18895>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>



Sachverzeichnis

A

Abdecktest 108
Achse, linke diagonale 39
Adduktoren 12, 25
Adhäsionen 96
Adnexe 204, 206, 208, 212, 215, 218f., 221
Adrenalin 29
Afferenzen 4f., 34, 99, 130, 140
Agonisten 5, 11, 34f.
Aktivität, piezoelektrische 27
Ala major 50ff., 148
Antagonisten 5, 66ff.
– Hemmung 35, 79, 122f.
Anteflexion 79
Anteversion 69, 85, 92, 96
Apex 63, 90
Aponeurosen 27, 110
Arachnoidalzotten 47
A. subclavia 88
Asterion 46
Atemhilfsmuskulatur 74, 89, 91, 101
– Interkostalmuskulatur 89
– M. iliopsoas 89
– M. pectoralis major 89
– M. pectoralis minor 89
– M. quadratus lumborum 89
– M. serratus anterior 89
– M. sternocleidomastoideus 89
– M. trapezius 89
– Mm. rhomboidei 89
– Rückenstrecker, lang 89
Atemmuskulatur 13, 100
Atlas 9, 48ff., 53, 55f., 97
– Massa lateralis 56, 72
Atlasfacetten 55, 59
Atmen 92
Augen 53, 66, 75, 96, 100
Untersuchung 107
Ausatmung 91
– Bauchmuskeln 91
– Mm. intercostales interni 91
– M. transversus thoracis 91
Axonverästelungen 131
Azetylcholin 29

B

Bandscheiben 27, 91, 121
Bandscheibenvorfälle, zervikale 164
Barriere 121ff.
– fasziale 122
– muskuläre 121
Bauchhöhle 58
Bauchmuskeln 68, 74, 78, 81, 90, 92f.
– schräge 69

Beckenbodenmuskulatur 12, 20, 73f.
Beckendysfunktionen 62
Beckengürtel 105
Beckenkipfung 39
Beckenverwringung 56
Beinlängendifferenzen 8, 95f., 111ff.
– funktionelle 111
– strukturelle 111
Bewegungsapparat 2ff., 96
Bewegungseinheiten, funktionelle 79
Bewegungsmuster 5f., 8, 10, 38, 66
– Adaptationsmechanismen 2
– Amplitude 6
– Extension – Innenrotation – Adduktion 8
– Flexion – Außenrotation – Abduktion 8
– Richtung 10f.
– Rhythmus 6, 49
Bindegewebe 2, 8f., 27f., 77, 126f.
– Interzellulärsubstanz 27
– – Fasern 27
– – – elastische 27
– – – kollagene 27
– – – nicht kollagene 27
– – – retikuläre 27
– – Grundsubstanz 27
– – – Glykosaminoglykane 27
– – – Proteoglykane 27
– – Wasser 28
– myofasziale 2
– – Leitungsbahn 2
– – Struktur, schützende 2
– – Stützgewebe 2
– – Zellen 27
– – Chondroblasten 27
– – Chondrozyten 27
– – Fettzellen 27
– – Fibroblasten 27
– – Fibrozyten 27
– – Granulozyten 27
– – Histozyten 27
– – Lymphozyten 27
– – Makrophagen 27
– – Mastzellen 27
– – Monozyten 27
– – Osteoblasten 27
– – Osteozyten 27
– – Retikulumzellen 27
Biomechanik 3, 7, 25, 36, 46, 58
– Gesetze, mechanische 7, 58
– Muster 7
Blattfeder, anteroposteriore 38
Blutleiter, venöse 47
Bögen 62f.
– lumbal 62
– sakral 62
– thorakal 62
– zervikal 62

Bogengelenke 37, 60, 97
Bradykinin 32, 130
breath of life 9, 45
Brustkorb 58, 89

C

Canalis hypoglossi 56
Chapman-Reflexe 74
Clivus 56
common compensatory pattern 71
Corelink 56
Corpus callosum 47
Corpus ossis sphenoidale 49, 51ff.
Covertest 108
Creep-Phänomen 29
Crista galli 46ff., 55

D

Daumenabduktoren 12
deep friction 138
Dehnübungen 138
Dehnung
– Außenrotatoren Schulter 163
– autochthone Rückenmuskulatur 199
– Bauchmuskulatur 202
– Glutealmuskeln 206
– Halsmuskeln 157
– Hüftmuskeln 206
– Ischiokruralmuskeln 224
– kurze Hüftadduktoren 221
– lange Hüftadduktoren 221
– M. biceps brachii 170
– M. piriformis 212
– M. quadriceps femoris 218
– Nackenmuskeln 157
– Pektoralismuskulatur 192
– Rumpfseite 165, 204
– Unterarmextensoren 179
– Unterarmflexoren 183
– Wadenmuskeln 233
Dens axis 25
Diaphragma 17, 26, 31, 72ff., 85ff.
– Centrum tendineum 89f.
– Innervation 89
– Pars musculorum 89
– zervikothorakales 72
Diffusion 28f.
Doppelbögen 62
– Bogen 62
– – oberer posteriorer 63
– – unterer anteriorer 63
Drehpunkte (Pivots) 42, 62f.
– anatomische 63
– funktionelle 63
– physiologische 63

Drehpunktwirbel 65, 77
 Druckgradient 8, 74, 101
 Duodenum 33, 140, 196, 202
 Dura mater cranialis 6, 46
 – Blatt 46
 – – parietales 46
 – – viszerale 46
 – Falx cerebelli 46
 – Falx cerebri 46
 – Tentorium cerebelli 46
 Dura mater spinalis 6, 46f., 49, 52ff., 102
 – Blatt 47
 – – parietales 47
 – – viszerale 47
 Duralschlauch 49, 53, 56
 Duralsystem 6, 47
 Dysbalance 1, 4, 12, 71, 96
 – Faktoren, emotionale 12
 – fasziale 71
 – Lebensweise 12
 – Morphologie 12
 – muskuläre 1, 8, 66, 101, 120
 – posturale 4
 – Zustand, psychischer 12
 Dysfunktion 1ff., 25, 31, 36, 49, 54, 57, 101
 – intraossäre 54
 – somatische 30, 34, 99

E

Easy-flexion 37
 Efferenzen 5
 Einatemmuskeln, primäre 89
 – Diaphragma 89
 – Mm. scaleni 89
 Einbeinstand 110
 Einheiten, die drei 65
 Einlagen, dynamische 96
 Elastin 28
 Ellbogen 81
 Endokrinium 4, 35, 63
 Energie 2, 30, 38, 78
 – chemische 38
 – kinetische 38, 78
 – potenzielle 78
 Entgleisung, metabolische 131
 Entspannung, postisometrische 35
 Entzündung 31
 Erythropoese 35
 Ethmoid 45, 49
 Extension 49, 79
 – Kette 57, 84
 – – Extremitäten 84f.
 – – – untere 84
 – – – obere 85
 – – – Knie 84
 – – – Wirbelsäule 84
 Extensoren 8, 67f.
 Extremität, obere
 – Extensoren 68
 – Flexoren 68
 exzentrisch 90, 122

F

Facetten 37, 55
 Faktoren, Triggerpunkt aufrechterhaltende 129, 137, 139
 Falx cerebri und cerebelli 20, 46
 Fascia
 – plantaris 15, 20
 – thoracalis 84
 – thoracolumbalis 20, 26, 81
 fast twitch fibres 67
 Faszie 6, 25, 29
 – Eigenschaft, reziproke 6
 – Faszien-schichten 6
 – Funktion 25, 30
 – Kontinuität 6
 – Mesoderm 6
 – Packaging 30
 – Passageway 30
 – Posture 30
 – Protection 30
 – Topographie 6, 25
 Fazilitation 8, 10, 31, 35
 – propriozeptive neuromuskuläre 10
 – segmentale 8, 116
 Feedback, negatives 5, 31
 Fehlfunktionen 2, 5, 8, 30
 Fehlhaltungen 2, 4, 70
 Fibroblasten 27, 29, 31
 Fibrosen 30, 95, 120
 Fibula und Membrana interossea 20
 Finger 80
 – Beuger 12
 – Extensoren 13
 Flexion 49
 Flexionskette 57, 80
 – Extremitäten 81
 – – obere 81
 – – untere 81
 – Knie 80
 – Wirbelsäule 80
 Flexor carpi radialis 14
 Flexoren 9, 85
 Fluchtreflex 36
 Fokus, neurologischer 34
 Foramen
 – magnum 6, 46ff., 54ff.
 – jugulare 72
 Fossa glenoidalis 81
 Friktionsmassage, tiefe (deep friction) 138
 Fryette'sche Gesetze 36f.
 Fulcrum 3
 – Sutherland 47
 Fuß 81, 85
 – Gewölbe 81
 – Sohle 16, 100
 – – Muskeln 85
 – Untersuchung 110
 – Wölbung 21, 85, 95, 103

G

Gähnen 92
 Galea aponeurotica 16, 151
 Gallenblase 30, 33, 143f., 155, 159, 192, 202
 Gang
 – Analyse 39
 – Muskelaktivität 39
 – Zyklus 39
 Ganglion nodosum 72
 Ganglion stellatum 73
 Gasaustausch 88, 94
 Geburtskanal 54f.
 Gelenkbarriere 122
 Gelenke 5ff.
 – Ankylose 7
 – Arthrose 7
 – Gangbild 7
 Gesäßmuskulatur 81
 Gesetz der
 – Ökonomie 39, 43f.
 – Schmerzfreiheit 44
 – Globalität 44
 Gesichtsknochen 79
 Gesichtsschädel 53f.
 Gleichgewicht
 – Regulation 99
 – Relevanz 99
 Gleichgewichtsorgane 53f., 66, 100
 Gleichgewichtsregulation 102
 Gleichgewichtssystem 99
 – afferenter Schenkel 99
 – efferenter Schenkel 99
 – Regulationszentrum 99
 Glykogenkörnchen 29
 Gnathion 51
 Golgi
 – Körperchen 30
 – Sehnenrezeptoren 30, 100
 Gonarthrose 112
 Großhirnhemisphären 46
 Gruppe-3-Fasern 130
 Gruppe-4-Fasern 130

H

Hallux valgus 24
 Halswirbelsäule 102
 Haltung, skoliothische 77, 86, 95
 Haltungsanalyse 104
 Haltungsmuster 2, 66
 – oberes gekreuztes 69
 – unteres gekreuztes 69
 Hammerzehen 85
 Hamstrings 118
 Handgelenk 80f., 85
 Harnblase 33,
 199, 202
 Herz 33, 100, 156, 160
 Herz-Kreislauf-System 4
 Hinterfuß 95, 112
 – Pronationsstellung 95, 112
 – Valgus 95, 112
 Hipdrop-Test 42, 110

Hirnkammern 47
 Hirnstamm 54
 Histamin 29, 32, 130
 Hochatmung 88
 Hoden 33, 202, 219
 Homöostase 8
 – Bindegewebe 8
 – Extrazellulärflüssigkeit 8
 – Selbstheilungskräfte 8
 Hüfte 81
 – Adduktoren 16
 – – kurze 69
 – Arthrose 121
 – Flexion 21
 Hüftgelenke 61, 92
 Hüftkopf, Kongruenz 92f.
 Hüftrotatoren 92
 Hyaluronsäureketten 28
 Hypertonien 70, 123

I

Ileum 196, 199, 202, 204
 Iliolumbalbänder 63, 74, 112
 Iliosakralbänder 97, 112
 Iliosakralgelenk 102
 Immunglobulin 29
 Incisura ischiadica major 92
 Induktion, sukzessive 35
 Inflare 24f., 91
 Inhibition, manuelle 137
 Inion 6, 56
 Innervation, reziproke 10, 35
 Inspektion 105
 – Becken 110
 – im Stand 104
 Interkostalmuskeln 16, 74, 77, 89, 92
 Interstitium 3, 6, 28, 30
 Introversion 20
 Inversion 85
 Ionenbrücken (gap junctions) 29
 Ischämie 31
 Ischiassyndrom 112
 isolytisch 122
 isometrisch 122, 135
 isotonisch konzentrisch 122

J

Jejunum 196, 199, 202, 204

K

Kalkaneus 81, 85, 97
 Kapseln 27, 123
 Kauapparat 101
 – Untersuchung 109
 Kaumuskulatur 17, 67, 101
 Kavitätendruck 100
 – Untersuchung 109
 Ketten, myofasziale 10ff., 31, 77ff.
 – diagonale anteriore („Schließkette“) 22, 24

– diagonale posteriore („Öffnungskette“) 22, 25
 – Extensionskette 19, 79, 84
 – Flexionskette 19, 79f.
 – gerade posteriore 25
 – statische posteriore 19
 Klauenzehen 85
 Kleinhirn 99
 Knie 41, 60, 85
 – Valgus 24, 39, 41
 Knieflexion 38, 85
 Kniestabilisatoren 41
 Knochenmarkzellen 27
 Knorpel 7, 27ff.
 Kolon 196, 199, 202, 204, 206
 Kompartimentmuskulatur 16
 – anteriore 16
 – dorsale 16
 Kompression, ischämische 125, 137
 Kompressionsdysfunktion 54
 Konstitutionen, psychische 12
 – fundamentale 12
 – komplementäre 12
 Konvergenzfaszilitation 130
 Konvergenzprojektion 130
 Konvergenztest 107
 Konzentrationsgefälle 8, 28
 Kopfgelenke, kurze Extensoren 67
 Körperlinie, anteriore 59f.
 Kortex 2, 99
 Kraft 5
 – implodierende 5
 – zentrifugale 5
 Kräftepolygon 61f.
 Kraftlinie, zentrale 59
 Kranialnerven 7, 54
 Kranialosteopathie 3, 9
 – Balancepunkt 3
 – Stacking 3
 Kreuzbein 39, 49, 81
 Kreuzbeinbasis 4, 7, 49, 95
 Kreuzbiss 55, 101
 Kypholordosen 7, 95
 Kyphose 11, 20, 43

L

Lähmungen, spastische 66
 Läsionen, intraossäre 54
 – Okziput 54f.
 – Os temporale 54
 – positionale 65
 – Sakrum 54
 Lateralstrain 53f.
 Leber 33, 143, 144, 155, 159, 192, 202
 Leistenhernien 60
 Lemniskate 8, 77ff.
 – Kreuzpunkt 78
 Ligamentum
 – infrapatellare 16
 – longitudinale anterius 17
 – nuchae 47, 77, 90
 – sacrotuberale 15f., 20
 – spinale 20
 – transversum atlantis 55

Linea nuchae superior 47, 56
 Linie, anteroposteriore 60
 Linie, posteroanteriore 61
 Lipolyse 35
 Liquor cerebrospinalis (LCS) 2
 – Plexus chorioidei 3, 47
 Liquor, Fluktuation 6, 46
 Listeningtest 105
 Lordose 11, 80, 91, 111
 Luftröhre 33, 72
 lumbosakraler Übergang 102
 Lunge 33, 88, 156, 195
 Lymphzirkulation 31, 71
 Lysosomen 29

M

Magen 33, 143, 144, 159, 202
 Makrophagen 27, 31
 Malleolengabel 81, 85, 96, 110
 Mandibula 79, 101, 146
 Matrix 27
 Mechanismus, kraniosakraler 46ff., 57, 85
 – LCS, Fluktuation 46
 – Nervensystem, Motilität 46
 – primärer respiratorischer (PRM) 3, 6, 79
 – Sakrum, Beweglichkeit, unwillkürliche, Darmbein 46
 – Schädelknochen, Beweglichkeit 46
 Medianusneuralgie 88
 Mediastinum mit Perikard 17
 Medulla 54
 Meersmantest 109
 Meningen 47
 – Arachnoidea 47
 – Dura mater 47
 – Pia mater 47
 Mesenchym 27
 Metapher 15
 Mikrofibrillen 28
 Milz 33, 202
 Mitochondrien 29, 67
 Mobilität 5, 46, 66
 Modell, kraniosakrales 45ff.
 Motor Patterns 10, 66
 Mundbodenmuskulatur 68
 Mundöffner 92
 Musculus
 – abductor 13
 – – digiti minimi 13, 25, 186, 239
 – – hallucis 25, 237
 – adductor
 – – brevis 219
 – – hallucis 12, 241
 – – longus 219
 – – magnus 86, 220
 – – pollicis 184
 – anconaeus 13, 173
 – biceps
 – – brachialis 21
 – – brachii 13f., 21, 81, 169f.
 – – femoris 13, 16, 24, 86, 222
 – brachialis 12, 21, 81, 171

- brachioradialis 14, 85, 174, 176
 - coccygeus 207
 - coracobrachialis 13, 21, 85, 168
 - deltoideus 12ff., 21f., 68, 85, 166
 - diaphragma 74
 - digastricus 149
 - erector spinae 16, 21, 67, 69, 112, 197
 - erector trunci 12
 - extensor
 - - carpi radialis brevis 14, 176
 - - carpi radialis longus 14, 175
 - - carpi ulnaris 13, 176
 - - digitorum 177
 - - - brevis 22, 236
 - - - longus 21, 81, 233
 - - hallucis brevis 22, 236
 - - hallucis longus 24, 81, 233
 - - indicis 177
 - externus abdominis 189, 199f., 201
 - flexor
 - - carpi radialis 14, 180
 - - carpi ulnaris 13, 180, 184
 - - digiti minimi brevis 21
 - - digitorum
 - - - brevis 22, 237
 - - - longus 81, 235
 - - - profundus 182
 - - - superficialis 181
 - - hallucis
 - - - brevis 21, 243
 - - - longus 235
 - - pollicis longus 182
 - gastrocnemius 12, 230
 - gastrocnemius lateralis 13, 25
 - glutaeus 42, 47
 - - maximus 16, 22ff., 41, 81, 86, 208
 - - medius 13f., 24, 209
 - - minimus 210
 - gracilis 12, 25, 218
 - iliacus 91, 204
 - iliocostalis 197
 - iliopsoas 13, 17, 21, 39ff., 68f., 74, 84, 91, 204
 - - Bandscheiben, lumbale 91
 - - Bauchschmerzen 91
 - - Fascia iliaca 91
 - - Plexus lumbalis 91
 - - Psoasarkade 91
 - - Psoashypertonie 91
 - - Psoassyndrom 91
 - - infraspinatus 12, 161
 - - intercostales (Mm.) 20, 22, 73, 77, 81
 - - externi 24
 - - interni 22
 - - interossei (Mm.) 22, 187
 - - dorsales 187, 240
 - - palmares 14, 187
 - - plantares 14, 21, 241
 - - ischiococcygeus 23
 - - latissimus dorsi 12, 14, 22, 25f., 41f., 77, 81, 85, 164
 - - levator
 - - - ani 23, 207
 - - - scapulae 67, 69, 111, 158
 - - longissimus 198
 - - capitis 81, 101
 - - thoracis 93
 - - longus
 - - - capitis 80, 101
 - - - colli 72f., 77, 84
 - - lumbricales (Mm.) 14, 21
 - - masseter 145
 - - multifidi 81, 93, 155
 - - obliqui capitis superior et inferior 84, 101, 156
 - - obliquus externus abdominis 24, 86, 189, 199
 - - obliquus internus abdominis 24f., 183, 199f.
 - - obturatorius externus 21, 92
 - - obturatorius internus 21, 92, 206
 - - occipitofrontalis 152
 - - opponens pollicis 185
 - - orbicularis oculi 150
 - - palmaris longus 14, 180
 - - pectineus 25, 214
 - - pectoralis major 12, 16, 20, 22, 24, 69, 81, 85f., 89, 189
 - - pectoralis minor 13f., 20ff., 24, 69, 81, 89, 191
 - - peronaei (Mm.) 13, 25, 42, 68f., 85f.
 - - - brevis 229
 - - - longus 16, 229
 - - - tertius 230
 - - piriformis 24, 84, 92, 211
 - - plantaris 13, 22, 232
 - - popliteus 21, 224
 - - pronator teres 183
 - - psoas major 205f.
 - - psoas minor 21, 205
 - - pterygoideus lateralis 148
 - - pyramidalis 201
 - - - abdominis 12, 24
 - - quadratus
 - - - femoris 22
 - - - lumborum 16, 21f., 67, 74, 81, 203
 - - - plantae 21, 239
 - - quadriceps 16, 41f., 81
 - - femoris 22, 215ff.
 - - rectus
 - - - abdominis 12, 16, 20f., 68, 93, 199
 - - - capitis anterior 80
 - - - capitis posterior major et minor 84, 156
 - - - femoris 13, 22, 41, 68f., 84, 216
 - - rhomboidei (Mm.) 16, 20, 24, 69, 85, 89, 166
 - - sartorius 23, 84, 214
 - - scaleni (Mm.) 13, 17, 20, 22, 24, 67, 73, 87, 112, 159
 - - scalenus anterior 12, 87, 101
 - - semimembranosus 12, 21, 223
 - - semispinalis
 - - - capitis 81, 101, 155
 - - - cervicis 155
 - - semitendinosus 12, 25, 223
 - - serratus
 - - - anterior 16, 24, 68f., 77, 85, 196
 - - - posterior inferior 21f., 195
 - - - posterior superior 21, 24, 194
 - - soleus 12, 231
 - - sphincter ani externus 207
 - - spinalis 198
 - - splenius 16
 - - - capitis 13, 16, 20, 22, 24, 81, 153
 - - - cervicis 81, 153
 - - - colli 13, 20, 22, 24
 - - sternalis 16, 194
 - - sternocleidomastoideus 12, 14, 16, 20, 22, 24, 67, 69, 72, 84, 87, 101, 144
 - - subclavius 12, 20, 24, 192
 - - suboccipitales (Mm.) 16
 - - subscapularis 14, 68, 81, 165
 - - supinator 12, 14, 85, 178
 - - supraspinatus 13, 160
 - - temporalis 147
 - - tensor fasciae latae 14, 16, 23, 39, 41, 68f., 81, 213
 - - teres
 - - - major 14, 20, 22, 24, 81, 163
 - - - minor 12, 162
 - - tibialis
 - - - anterior 14, 16, 24, 41, 68, 81, 85, 86, 226
 - - - posterior 14, 24, 42, 81, 85, 227
 - - transversus
 - - - abdominis 201
 - - - thoracis 12, 20f., 24
 - - trapezius 12f., 20ff., 24ff., 67ff., 101, 142
 - - triceps
 - - - brachii 12f., 22, 85, 172
 - - - surae 15, 42, 68f., 81, 112
 - - vastus 68
 - - - externus 13, 81, 86
 - - - intermedius 22, 216
 - - - lateralis 24f., 41, 216
 - - - medialis 13, 25, 86, 216
 - - zygomaticus major 151f.
- Muskel-Energie-Technik 137
 Muskelfasern 5, 29, 32, 67
 - phasische 67
 - posturale 67
 Muskelfunktionsketten 2ff.
 Muskelinsuffizienzen 11
 Muskelkette
 - fundamentale 12f.
 - - anteromediane 12
 - - anteroposteriore 13
 - - posteroantere 13
 - - posteromediane 12
 - - komplementäre 12
 - - anterolaterale 14
 - - posterolaterale 13
 - Stimuli 4f., 10, 12ff.
 - - auditive 10
 - - taktile 10
 - - visuelle 10
 Muskelmetabolismus 131
 Muskeln 5
 - Agonisten 5, 11, 34f.
 - Antagonisten 5, 11, 34f., 123
 - Atrophien 5
 - Kontrakturen 5
 - Statik 96
 - Synergisten 5, 11, 34f.
 - Verkürzungen 5

Muskeln mit Tendenz zu Abschwächung 68
 Muskeln mit Tendenz zu Verkürzungen 67
 Muskelsepten 27
 Muskelspindel 4, 30, 35
 Muskelstrang, hypertoner palpierbarer 131 ff.
 Muskulatur
 – gestreifte 29
 – glatte 29, 140
 – ischiokrurale 15, 41, 68f., 85
 – tiefe paravertebrale 13
 Myofascial Release 123, 137
 myofaszial 2ff.
 Myofibrille 29
 – Aktinfilamente 29, 131
 – Myosinfilamente 29, 131

N

Nackenmuskeln 102
 Nervus
 – accessorius 87, 142, 144
 – axillaris 162, 166
 – dorsalis scapulae 159, 166
 – facialis 149, 152, 153
 – femoralis 205, 214, 215, 216
 – fibularis 222
 – – profundus 226, 230, 233, 236
 – – superficialis 229
 – gluteus
 – – inferior 208
 – – superior 210, 213
 – intercostales (Nn.) 194
 – ischiadicus 92
 – mandibularis 145, 148, 149
 – medianus 180, 181, 182, 183, 185
 – musclocutaneus 168, 169, 171
 – obturatorius 207, 215, 218, 219, 220
 – pectoralis medialis 194
 – peroneus profundus 234
 – phrenicus 74f., 192
 – plantaris
 – – lateralis 239, 240, 241
 – – medialis 237
 – pterygoideus
 – – lateralis 148
 – – medialis 149
 – pudendus 92, 207
 – radialis 171, 172, 173, 174, 176, 177, 178
 – subclavius 192
 – subcostalis 201
 – suboccipitalis 156
 – subscapularis 163, 166
 – suprascapularis 160, 161
 – thoracicus longus 196
 – thoracodorsalis 164
 – tibialis 220, 222, 223, 224, 227, 230, 231, 232, 235, 236, 243
 – ulnaris 181, 182, 184, 185, 186, 187
 Nackenmuskeln 56, 73, 87, 102
 Nackenstrecker, lange 12
 Nerven, sympathische 131

Nervenendigungen, freie 30
 Nervenfunktionsstörungen 54
 Nervensystem 2ff., 29, 34, 46, 140
 – autonomes 4, 34, 140
 – enterisches 5
 – Gleichgewichtsorgane 5, 53f., 96, 100
 – Kleinhirn 5, 46, 99f.
 – Linse, neurologische 4
 – Mobilität 5, 28, 46
 – Parasympathikus 4, 74
 – Reflexe, spinale 5, 34
 – Rückenmark 4f., 34, 102, 130, 140
 – – Metamerisierung 5
 – Schaltzentrale 5, 8, 34
 – Segment, faziliertes 4, 140
 – Stimuli 4, 10, 130
 – Sympathikus 4, 34f.
 – – Sympathikotonus 4, 31, 34f.
 – vegetatives 4, 29
 – Verbindungsglied 4
 Neuroendokrinium 5
 Neuropeptide 29
 Neurotransmitter 29
 Neurovegetativum 5, 63
 Niere 33, 91, 196, 199, 202, 204, 206
 Noradrenalin 29
 Nutation 49, 81, 86

O

Oberarm 80f., 85
 Oberschenkel 80, 85
 Ödeme 31
 Okziput 45, 51, 53ff.
 – Kondylen 55f.
 – Pars basilaris 49ff.
 Opisthion 60
 Organ, propulsierendes 38
 Organdysfunktionen 8, 18
 – Prozesse 18
 – – retraktive 18
 – – schmerzhaft 18
 – Störungen, organische 18
 – – raumfordernde 18
 Organe, assoziierte 126, 140
 Organismus, Einheit 6
 Organsenkung 60, 105
 Os
 – coccygis 60, 62, 139
 – cuboideum 81
 – ethmoidale 46, 49
 – frontale 46
 – hyoideum 92
 – naviculare 81
 – occipitale 45ff.
 – – Foramen magnum 46f., 49, 55f., 62
 – – Pars basilaris 49, 51ff.
 – temporale 46f., 54
 – parietale 46f., 79
 Osmose 28f.
 Osteopathie 2ff.
 Outflare 23
 Ovar 33, 199, 202, 212

P

Pacini-Körperchen 30, 100
 Pankreas 196, 202
 Parapyramidenbahn 99
 Parasympathicus
 – cranialis 72
 – sacralis 74
 Parasympathikuszone 65
 Paravertebralmuskulatur, tiefe 13, 81
 Parietalknochen 46
 Pars
 – basilaris 49, 52ff., 54f.
 – clavicularis 14, 85
 – condylaris 54f.
 – descendens 13, 20f., 69, 81
 Peptide 35
 Perikranium 55
 Peronealmuskulatur 41
 Pes anserinus 39, 41
 Philogenese 19, 45
 Pivot 42, 63, 65, 78
 Plantarreseptoren, Untersuchung 110
 Platysma 152
 Pleura 17
 Pleurakuppel 72, 88
 Plexus
 – brachialis 73
 – cervicalis 72
 – choroidei 47
 – lumbosacralis 74
 Podologe 2
 Polaritäten 8
 Pons 54
 Postflexion 79
 Postsphenoid 54
 Posturologe 2, 38, 56, 97
 Prärsphenoid 45, 54
 primary machinery of life 4, 94
 Processus clinoides 6, 46
 Pronation 24f.
 Pronatoren 12
 Propriozeptoren 30, 66, 100
 Prostaglandine 32, 130
 Prostata 33, 199, 204, 206, 208, 212, 215, 218, 219, 221
 Protuberantia occipitalis
 – externa 47
 – interna 46
 Psoas 26
 Ptose 105
 Pyramidenbahnen 54, 99

Q

Quadrant 51, 53
 – hinterer 51
 – vorderer 51
 Quadrizeps 16

R

Recurvatum 104
 Referred-Pain-Syndrom 32
 Reflexbahnen, somatoviszzerale 35
 Reflexe 2, 8, 32
 – neuromuskuloskelettale 8
 – somatoviszzerale 2, 8
 – subkortikale 2
 – viszerosomatische 2, 8, 32
 Reflexzentrum 34
 Reizschwelle 4, 34
 Rektum 33, 208, 212
 Relaxation, postisometrische 10, 122f., 138
 Respirationsmechanismus, primärer (PRM) 6, 9, 79
 – Extensionsphase 6
 – Flexionsphase 6
 Retinaculum patellae 41, 86
 Retraktionen 96
 Rhythmus, kraniosakraler 49, 86
 – Extension 49, 86
 – Flexion 49, 86
 Rotationstest, untere Extremitäten 110
 Rotationstest der Hüften 109
 Rückenmark 4, 34
 Rückenschmerzen 94
 Rückgratverkümmung 86
 Rumpftorsion 22, 25, 86

S

Sagittalebene 3, 37, 45, 93
 Sakrum 6ff., 39, 52ff., 62f.
 Sarkolemm 29
 Sarkomer 29, 131
 Sarkoplasma 29
 Schädelbasisknochen 45
 Scharnierzone 74, 97
 Schlackstoffe 28, 31
 Schleudertrauma 65, 87
 Schlucken 92
 Schlüsseläktion 103
 Schmerz 32, 136
 – pseudoradikulärer 32
 – radikulärer 32
 Schmerzrezeptoren 30
 Schockabsorber 38
 Schulterblatt 10, 81, 85
 Schultergürtel 105
 Schutzreflex 36
 Schwellungen 30f.
 Schwerkraft 96
 – Adaptationen 96
 Schwerkraftlinie 97
 Schwungphase 38f., 41 ff.
 SCM 87
 Segment, faziliertes 4
 Sehnen 27ff.
 Seitneigung-Rotation 45
 Serotonin 32, 130
 Sibson-Faszie 72, 88
 Sigmoid 33, 212

Sinus
 – caroticus 33
 – rectus 47
 – venosi 47, 86, 88
 Skoliose 7, 11, 18, 86f., 95, 111
 – kraniale 56
 slow twitch fibres 67
 Spannungsmembranen, reziproke 6, 46, 49
 Speiseröhre 33, 72
 Sphenoid 45, 47, 49, 80, 84
 Splanchnicus
 – major 74
 – minor 74
 – pelvis 74
 Sprungfeder 43f., 78
 Sprunggelenk 21f., 74, 102
 – oberes 80f., 85
 – unteres 39, 42, 73, 80f., 85
 SSB 3, 43, 45, 49ff., 54ff., 80, 84ff.
 Stabilisatoren 34
 Stabilität 5, 58, 66, 77
 Standbeinphase 41
 Standphase 39, 92
 Statik 94
 – Muskeln 96
 – Rezeptoren 96, 99, 107
 – Untersuchung 103
 – ZNS 96
 Stereotypen, motorische 66
 Sternokostoklavikulargelenk 42
 Streckreflex, gekreuzter 36, 79
 Stress 94
 Struktur 2ff.
 – myofasziale 2ff., 12, 38, 62, 77, 102f., 120
 Subarachnoidalraum 47
 Subokzipitalmuskulatur 56, 63, 72, 91, 109
 Summation
 – lokale (räumliche) 10, 35
 – temporäre (zeitliche) 10, 35
 Supination 23f., 79, 112f.
 Supinationstrauma 96
 Supraokziput 56
 Sutura
 – metopica 46
 – occipitomastoidea 72, 87
 Sympathikotonie 34f.
 Symphysis
 – mentis 59
 – pubis 39, 59f.
 Synchrondrosis sphenobasilaris (SSB) 9, 45, 49ff., 52, 54ff., 80, 84ff.
 Syndrom, oberes gekreuztes 81
 Synergisten 5, 11, 34f., 66f., 80
 System
 – hydraulisches 7, 49
 – limbisches 5, 32

T

Talus 43, 81, 85, 97, 102
 Temperaturunterschiede 8
 Tenderpoints 32

Thenarmuskulatur 14
 Thoracic inlet 72, 88
 – funktionelles 72
 – klinisches 72
 Thorax 7, 16, 81, 85
 Thoraxapertur 71 ff., 88, 119
 Torsion 16, 18, 22, 25f., 45, 49, 86
 Torsionsmuster 9, 43, 71f., 75, 86
 – fasziales 71
 Torsionszentrum 63
 Tractus
 – iliotalialis 16, 39, 41, 81
 – spinothalamicus 99, 130f.
 Traktionstest, untere Extremitäten 110
 Translationstest von OAA 109
 Traumata, perinatale 31, 55
 Triggerpunkte 9, 30f., 32f., 120f., 125, 128ff., 140, 143ff.
 – aktive 129
 – Diagnose 134ff.
 – – Druckpalpation 135
 – – Jump-Zeichen 135
 – – Palpation, flache 134
 – – Zangengriff 135
 – – Zuckungsreaktion, lokale 135
 – Faktoren, begünstigende 129
 – latente 129
 – Schmerz, ausstrahlender 129ff.
 – Spannungserhöhung, lokale 130
 – Symptome 129
 – Therapie 137ff.
 Trophik 35, 56f.
 Tuber ischiadicum 85, 208, 220
 Tuberculum scalenum 87
 Typ, asthenischer 85f.
 Typ-I-Fasern (slow twitch fibres) 67, 91
 Typ-II-Fasern (fast twitch fibres) 67

U

Übergänge, funktionelle 71
 – thorakolumbal 71
 – zervikothorakal 71
 uncommon compensatory pattern 71
 Unterarm 79ff., 85, 179ff.
 Unterschenkel 80, 226
 Untersuchung 103
 Uterus 33, 196, 199, 202, 204, 206, 208, 214f., 218f., 221

V

Valgus 24f., 41, 95, 112
 Verdauungssystem 4f.
 Vertex 51
 Verticalstrain 49, 53
 Vestibularorgan 100
 Viskosität 28

W

- Wachstumsfugen 54f.
Wirbelsäule 7, 58, 71, 80, 84, 94, 95, 111
- Kreuzbeinbasis, Schrägstellung 7, 111
 - Kypholordosen 7, 95
 - lumbosakral 71
 - OAA 6, 71, 72, 75, 80, 84
 - Skoliosen 7, 56, 84, 95, 139

Z

- Zahnradprinzip 9, 80
Zehen 41
- Dorsalextensoren 85
 - Extensoren 13
 - Flexoren 12, 42
- Zellstoffwechsel 58, 88
Zentralsehne 25f., 77, 80
Zerebralparesen 54

- Zink-Pattern 9, 71 ff.
Zirkulation 7, 27
- arterielle 7
 - Nervenimpuls 7
 - venolymphatische 7, 72f., 100
- ZNS, Statik 96
Zungenbeinmuskulatur 12, 17, 92, 102
Zwerchfell 17, 26, 31, 72ff., 85 ff.



Richter / Hebgen

[Triggerpunkte und Muskelfunktionsketten](#)

in der Osteopathie und manuellen Therapie

272 Seiten, geb.
erschienen 2015



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise

www.narayana-verlag.de