

Inhaltsverzeichnis

1	Physiotherapeutische Grundlagentechniken	17		
	<i>Christian Assenbrunner</i>			
1.1	Überblick	17	1.8	Aktives Bewegen aus unterschiedlichen ASTE
1.2	Instruktion	19	1.9	Aktivieren lokaler/segmentaler und globaler Muskulatur
1.3	Lagerung/Positionierung im Raum	22	1.10	Aktivieren lokaler/segmentaler Muskulatur an der Wirbelsäule und am Rumpf
1.4	Passives Bewegen	25	1.11	Aktivieren globaler Muskulatur an der Wirbelsäule und am Rumpf
1.5	Aktiv-assistives Bewegen	27	1.12	Muskeldehnung
1.6	Aktives Bewegen	28		
1.7	Resistives Bewegen	30		
2	Atemtherapie	48		
	<i>Christine Rauner</i>			
2.1	Überblick	48	2.13	Hustentechniken: Vermeiden, Unterstützen und Kompensieren des Hustens
2.2	Einatemtechnik: Atemwahrnehmung und Lenkung	52	2.14	Einsetzen des Einatemgeräts SMI Trainer
2.3	Einatemtechnik: Nasenatmung/ Nasenstenosen	54	2.15	Einatemgerät: Inspiratorische Muskeltrainer (IMT)
2.4	Einatemtechnik: Gähnendes Einatmen	56	2.16	Ausatemgerät: Positive-Expiratory-Pressure-Geräte
2.5	Einatemtechnik: Techniken zur Steigerung des Atemvolumens	57	2.17	Ausatemgerät: Positive-Expiratory-Pressure-Gerät mit Oszillation
2.6	Einatemtechnik: Einatmen gegen Widerstand	59	2.18	Atemgeräte zur In- und Exsufflation (nichtinvasive Beatmung)
2.7	Ausatemtechnik: Lippenbremse (PEP-Atmung)	60	2.19	Thorax- und Rumpfmobilisierende Techniken
2.8	Ausatemtechnik: Phonationstechniken	62	2.20	Spezifische manuelle Techniken aus der Atemtherapie
2.9	Unterstützende Ausatemtechniken	64	2.21	Zwerchfelltechniken
2.10	Antihyperventilative Techniken: Freimachen der Nase	67	2.22	Spezifische Lagerungen aus der Atemtherapie
2.11	Antihyperventilative Techniken: CO ₂ -Rückatmung und -sammlung	69		
2.12	Sekretförderung: Forcierte Expirationstechniken	71		

2.23	Einatemerleichternde Lagerungen und Stellungen.....	95	2.29	Inhalation mit Dosieraerosol.....	108
2.24	Ausatemerleichternde Lagerungen und Stellungen.....	97	2.30	Feuchtinhalation.....	110
2.25	Abflussfördernde Lagerungen/ Drainage der Nasennebenhöhlen.....	99	2.31	Reflektorische Atemtherapie.....	113
2.26	Abflussfördernde Lagerungen/ Segment- oder Drainagelagerung für die Lunge.....	101	2.32	RAT: Modifizierte Heiße Rolle/Heiße Komresse.....	116
2.27	Inhalation.....	103	2.33	RAT: Atemmassage.....	118
2.28	Pulverinhalation.....	106	2.34	RAT: Vegetative Umstimmung/Ausgleichsgriffe.....	121
3	Entspannungstechniken.....	125	2.35	RAT: Reflektorische Atemgymnastik... ..	123
	<i>Adelheid Aurnhammer</i>				
3.1	Überblick.....	125	3.10	Progressive Muskelentspannung: Kurzform.....	145
3.2	Körperreise oder Bodyscan.....	128	3.11	Lösungstherapie.....	147
3.3	Autogenes Training.....	130	3.12	Allgemeine Tastarbeit.....	149
3.4	Fantasiereisen, Traumreisen, Imaginationen.....	132	3.13	Schnelles Lagern.....	151
3.5	Eutonie.....	134	3.14	Abhebeproben am Arm mit Erweiterung Zug am Arm.....	153
3.6	Meditation.....	137	3.15	Abhebeproben am Bein mit Erweiterung Zug am Bein.....	155
3.7	Entspannungshaltungen und Lagerungen aus dem Yoga.....	139	3.16	Untere Drehlage, Packegriffe und Hilfsgriffe.....	157
3.8	Progressive Muskelentspannung nach Jacobson.....	142			
3.9	Progressive Muskelentspannung: Intensitätsübung.....	144			
4	Gangschulung.....	159			
	<i>Babara Aigner</i>				
4.1	Überblick.....	159	4.4	Gangschulung mit Gehhilfsmitteln.....	167
4.2	Gehen mit Entlastung.....	161	4.5	Treppengehen.....	172
4.3	Transferschulung vom Sitz zum Stand.....	164			

5	Bewegungsbad	175			
	<i>Markus Maier</i>				
5.1	Überblick	175	5.3	Aquajogging	181
5.2	Wassergymnastik	178	5.4	Halliwick-Methode	183
6	Maitland				186
	<i>Markus Maier</i>				
6.1	Überblick	186	6.3	Passive Zusatzbewegungen, Accessory Movements	192
6.2	Passive physiologische Bewegungen ..	189			
7	Kaltenborn				194
	<i>Markus Maier</i>				
7.1	Überblick	194	7.3	Traktion	199
7.2	Kompression	197	7.4	Translatorisches Gleiten	202
8	Cyriax				205
	<i>Markus Maier</i>				
8.1	Überblick	205	8.2	Querfriktionen	208
9	Triggerpunkt-Therapie				212
	<i>Christine Rauner</i>				
9.1	Überblick	212	9.9	Physikalische Therapie und Unterstützungstechniken: Thermotherapie	225
9.2	Manuelle Technik: Triggerpunktlösung durch Druckenwendung	215	9.10	Physikalische Therapie und Unterstützungstechniken: Triggerpunkt- und Faszientaping	227
9.3	Manuelle Technik: Dehnung der Triggerpunktregion	217	9.11	Physikalische Therapie und Unterstützungstechniken: Elektro-, Ultraschall- und Stoßwellentherapie	229
9.4	Manuelle Technik: Quermassage	218	9.12	ADL- und Haltungsschulung	231
9.5	Manuelle Technik: Fasziendehnung ...	219	9.13	Ausschluss systemischer Faktoren	233
9.6	Manuelle Technik: Faszientrennung ...	220			
9.7	Reflektorische Dehntechniken: Spray and Stretch	221			
9.8	Reflektorische Dehntechniken: Therapeutische Dehnungen und Autostretching	223			

10	Mulligan	235		
	<i>Dr. Claus Beyerlein</i>			
10.1	Überblick	235	10.4	Sustained Natural Apophyseal Glide (SNAG) am Beispiel: LWS
10.2	Mobilisation with Movement (MWM) am Beispiel: linkes Glenohumeralgelenk	237	10.5	Heimprogramm: Self-SNAG LWS mit Gurt
10.3	Heimprogramm: Tape linkes Glenohumeralgelenk	238		
11	Mechanische Diagnose und Therapie nach McKenzie	241		
	<i>Georg Supp</i>			
11.1	Überblick	241	11.3	Manuelle Korrektur des lateralen Shifts am Beispiel Shift nach links
11.2	Korrektur des lateralen Shifts/ Seitgleiten	243		
12	PNF	248		
	<i>Birgit Sitta-Barbehön</i>			
12.1	Überblick	248	12.7	Anspannen-Entspannen (Contract Relax)
12.2	Rhythmische Bewegungseinleitung (Rhythmic Initiation)	251	12.8	Halten-Entspannen (Hold Relax)
12.3	Agonistische Umkehr (Combination of Isotonics), Kombination isotonischer Bewegungen	253	12.9	Stretch am Anfang der Bewegung (Initialstretch) und Wiederholter Stretch (Repeated Stretch/Repeated Contraction)
12.4	Dynamische Umkehr (Dynamic Reversal – Slow Reversal) ...	254	12.10	Replikation (Replication)
12.5	Rhythmische Stabilisation (Rhythmic stabilization)	256	12.11	Betonte Bewegungsfolge (Timing for Emphasis)
12.6	Stabilisierende Umkehr (Stabilizing Reversals)	257	12.12	Erarbeiten alltagsrelevanter Aktivitäten (Mattentraining, ADL, Gehen)
13	Behandeln nach Bobath	266		
	<i>Gerhard Munz</i>			
13.1	Überblick	266	13.5	Fazilitation
13.2	Lagerung nach Bobath	268	13.6	Haltungshintergrund/Posturale Kontrolle
13.3	Transferschulung	270	13.7	Activity of daily life
13.4	Inhibition	272		

14	F.O.T.T. – Therapie des Faziooralen Trakts	280		
	<i>Gerhard Munz</i>			
14.1	Überblick	280	14.3	Erarbeiten des Schluckens
				282
14.2	Grundstimulation	281		
15	Forced Use			
	<i>Gerhard Munz</i>			
15.1	Überblick	283		
16	Spiegeltherapie			
	<i>Gerhard Munz</i>			
16.1	Überblick	286		
17	Mobilisation des Nervensystems			
	<i>Christine Rauner</i>			
17.1	Überblick	288	17.4	Neurodynamische Behandlung
				295
17.2	Indirekte Nervenmobilisation	291	17.5	Eigenmobilisation
				297
17.3	Direkte Nervenmobilisation	293		
18	Behandlung nach Vojta			
	<i>Jolanda Koppers-Dannemann</i>			
18.1	Überblick	299	18.3	Das Reflexkriechen
				303
18.2	Das Reflexumdrehen	301		
19	E-Technik/Das Hanke-Konzept			
	<i>Christiane Garn</i>			
19.1	Überblick	304	19.3	Das Reflexkriechen
				308
19.2	Das Reflexumdrehen	306		
20	Neurokognitive Rehabilitation nach Perfetti			
	<i>Susanne Wopfner</i>			
20.1	Überblick	309	20.3	Anwendung der motorischen Imagination
				315
20.2	Übungen ersten, zweiten, dritten Grades	312	20.4	Der Vergleich als Lernmittel
				317

21	Psychomotorik	318		
	<i>Gabriele Hanne-Behnke</i>			
21.1	Überblick	318	21.3	Psychomotorisches Vorgehen: Therapie
21.2	Psychomotorisches Vorgehen: Befunderhebung	321		324
22	Funktionelle Bewegungslehre (FBL) – Functional Kinetics	328		
	<i>Claudia Klose</i>			
22.1	Überblick	328	22.5	Ballübungen der Funktionellen Bewegungslehre
22.2	Hubfreie/hubarme Mobilisation	331		337
22.3	Widerlagernde Mobilisation	333	22.6	Therapeutische Übungen der Funktionellen Bewegungslehre
22.4	Mobilisierende Massage	335		339
23	Physiotherapeutische Behandlung im Schlingengerät	341		
	<i>Birgit Sitta-Barbehön</i>			
23.1	Überblick	341	23.3	Axiale Einpunktaufhängung des Schul- tergelenks in Seitenlage für Flexion und Extension
23.2	Axiale Einpunktaufhängung des Hüft- gelenks in Rückenlage für Abduktion und Adduktion	344	23.4	Distale Einpunktaufhängung der Lendenwirbelsäule in Rückenlage
				348
24	Rollstuhltraining mit Schwerpunkt: Patienten mit Querschnittsymptomatik ...	350		
	<i>Dominik Mayer</i>			
24.1	Überblick	350	24.4	Individuelle Anpassung des Rollstuhls .
24.2	Voraussetzungen, um den Rollstuhl selbstständig und sicher im Alltag nutzen zu können	352	24.5	Aktive Fortbewegung im Rollstuhl
24.3	Rollstuhltypen mit unterschiedlichen Antriebsmöglichkeiten	357	24.6	Fahrtechniken im Rollstuhl
				364
25	Reflektorische Schmerztherapie/Brügger-Therapie	366		
	<i>Sabine Kubalek-Schröder</i>			
25.1	Überblick	366	25.4	Behandlungsbeispiel Schulterschmerz bei Narbe im Unterbauchbereich
25.2	Behandlungsbeispiel Schulter- und Rückenschmerz bei muskulärer Kontraktur der Bauchmuskulatur	370	25.5	Behandlungsbeispiel HWS-Beschwer- den bei mechanischem Überlastungs- ödem des Daumenballens
25.3	Behandlungsbeispiel Knieschmerz bei muskulärer Kontraktur der Zehen- und Fußflexoren	373		376

26	Stemmführung nach Brunkow/Akrodynamik	378		
	<i>Claudia Klose</i>			
26.1	Überblick	378	26.3	Stemmführung nach Brunkow/ADT ... 383
26.2	Techniken zur Reizung der Extero- und Propriozeptoren	381		
27	Schwindel-/Vestibulartraining	386		
	<i>Elke Blumenstein</i>			
27.1	Überblick	386	27.3	Kompensationstraining
27.2	Physikalische Befreiungsmanöver	388		
28	Spiraldynamik	391		
	<i>Nikolaus Färber</i>			
28.1	Überblick	391	28.2	Fußverschraubung
29	Verfahren zur Behandlung von Skoliosen und Fehlhaltungen	397		
	<i>Claudia Klose, Susanne Hirsch und Edeltraud Diefenbach</i>			
29.1	Überblick	397	29.5	Skoliosebehandlung nach Gocht-Geßner
29.2	Dreidimensionale Skoliosebehandlung nach Katharina Schroth	398		<i>Edeltraud Diefenbach</i> 408
	<i>Claudia Klose</i>		29.6	Skoliosebehandlung nach Niederhöffer 411
29.3	Klapp'sches Kriechverfahren	402		<i>Edeltraud Diefenbach</i>
	<i>Susanne Hirsch</i>		29.7	Skoliosekorrektur nach Diefenbach ... 414
29.4	Skoliosebehandlung nach Scharll	405		<i>Edeltraud Diefenbach</i>
	<i>Susanne Hirsch</i>			
30	Faszientherapie	416		
	<i>Werner Klingler und Stefan Dennenmoser</i>			
30.1	Überblick	416	30.3	Schwingende und federnde Übungen . 420
30.2	Dynamisches Dehnen	419		
	Übersicht Videos			421