

# Inhalt

<b>Vorworte</b> .....	XI	2.9 Der diagnostische Strich .....	31
<b>Geleitworte</b> .....	XIII	2.10 Head-Zonen, Mackenzie-Zonen, Maximalpunkte .....	32
<b>1 Allgemeines</b> .....	1	<b>3 Einführung in die Segmenttherapie</b> ....	33
1.1 Die Wirbelverlagerung .....	1	3.1 Die Zonen (Übersicht) .....	33
1.2 Was ist eine Subluxation? .....	1	3.2 Was ist „Homolateralität“? .....	37
1.3 Die Wirbelverlagerung im Rückblick .....	1	3.3 Kopfbzonen .....	37
1.3.1 Angiologische Untersuchung und Palpation .....	3	3.4 Armzonen .....	37
1.4 Die „chiropraktische Untersuchung“ (Übersicht) .....	4	3.5 Arterielle Beinzonen .....	37
1.5 Die dreidimensionale Oberflächenver- messung – OpTRImetrie nach Landwehr ....	8	3.6 Lungen- und Rippenfellzonen .....	37
1.5.1 Atlasverlagerung und die Wirkung auf das Muskel-Skelettsystem .....	8	3.7 Herz- und Aortenbzonen .....	39
1.5.2 Berührungslöse 3D/4D-Wirbelsäulen- vermessung und Haltungsanalyse .....	8	3.8 Speiseröhrenbzonen .....	40
1.5.3 Interpretation von Basisrezeptoren für die menschliche Statik .....	11	3.9 Magenbzonen .....	41
1.5.4 Strukturelle Zusammenhänge zwischen Schädel und Beckenknochen .....	12	3.10 Duodenumbzonen .....	42
1.5.5 Biomechanik nach dem Modell von John Martin Littlejohn .....	14	3.11 Pankreasbzonen .....	43
1.6 Das Drei-Finger-Modell .....	15	3.12 Leber- und Gallenbzonen .....	44
1.7 Die Palpation .....	15	3.13 Verstopfungsbzonen .....	45
<b>2 Neurologische und segmentale Untersuchungen</b> .....	17	3.14 Nieren- und Harnleiterbzonen .....	49
2.1 Die neurologische Untersuchung der HWS .....	17	3.15 Blasenbzonen .....	49
2.1.1 Rückenmarksegment C 5 .....	17	3.16 Milzbezonen .....	50
2.1.2 Rückenmarksegment C 6 .....	18	3.17 Unterleibsbezonen .....	51
2.1.3 Rückenmarksegment C 7 .....	19	3.18 Venen-Lymphbzonen .....	52
2.1.4 Rückenmarksegment C 8 .....	20	3.19 Vorbereitung der Weichteile für die chiropraktische Manipulation .....	52
2.1.5 Rückenmarksegment Th 1 .....	21	3.19.1 Betrachtung des Rumpfes aus chiro- praktischer und osteopathischer Sicht .....	52
2.2 Die klinische Untersuchung der Rückenmarksegmente L 4, L 5 und S 1 .....	22	3.20 Die tendomyotische Kette nach Lomba .....	53
2.2.1 Rückenmarksegment L 4 .....	22	3.21 Labordiagnostik .....	53
2.2.2 Rückenmarksegment L 5 .....	23	3.22 Kontaktpunkte der adjustierenden Hand....	54
2.2.3 Rückenmarksegment S 1 .....	24	3.23 Kontraindikationen für Chiropraktik .....	54
2.3 Reflexe .....	24	<b>4 Spezifische Diagnose und Therapie der HWS</b> .....	56
2.4 Spinale Innervation der peripheren Muskulatur .....	26	4.1 Die chiropraktische Röntgentechnik der HWS .....	56
2.5 Unterschiede von Muskeln bzw. Muskelfasern .....	26	4.1.1 HWS lateral .....	56
2.6 Muskelfunktionsprüfung .....	27	4.1.2 HWS sagittal – nach Palmer .....	56
2.7 Muskeldehntechniken .....	27	4.1.3 Die HWS sagittal bei bewegtem Unterkiefer .....	57
2.8 Dermatome und Hautinnervation der Extremitäten .....	29	4.1.4 HWS Nasium (A-P) .....	57
		4.1.5 HWS Foramen magnum (A-P) .....	57
		4.2 Die chiropraktische Diagnostik der HWS....	57
		4.3 Auswertung der Röntgenaufnahmen .....	58
		4.3.1 HWS lateral .....	58
		4.3.2 HWS sagittal .....	58
		4.3.3 HWS Nasium .....	59
		4.3.4 HWS Foramen magnum .....	59

4.4	Richtlinien für die Röntgen-Diagnose der At-Rotation .....	60	8.6.1	Stellungs- und Funktionsuntersuchung des Zungenbeins .....	83
4.5	Schematische Darstellung von At-Subluxationen .....	60	8.7	Beispiel einer Axisverlagerung (Verlagerung re mit Rotation re) .....	84
<b>5</b>	<b>Chiropraktische Spinographie der HWS .....</b>	<b>61</b>	8.8	Axismanipulation von rechts nach links ...	85
5.1	HWS-Schleudertrauma und Bandapparatschädigung .....	62	8.9	Beispiel einer Atlasverlagerung (Verlagerung as und Rotation re) .....	87
5.2	HWS-Fraktur nach Autounfall .....	63	8.10	Atlasmanipulation von rechts nach links ...	87
<b>6</b>	<b>Experimentaufnahmen vom Occ-, At-, Ax.-Bereich zum Lageproblem während der Nachtruhe .....</b>	<b>64</b>	8.10.1	Prüfung des Atlas bei Okklusionsstörungen des Kiefergelenks .....	87
6.1	Zu den Experimentaufnahmen .....	64	8.10.2	Spezifische Manipulation an C 1 und C 2 ...	89
6.2	Schlusswort zu den Experimentaufnahmen .....	66	8.11	Kiefergelenk .....	90
6.3	Modellvorstellung einer kapsulären Subluxation bzw. einer segmentalen Blockierung .....	67	8.12	Bimanuelle Behandlung der Temporomandibulargelenke .....	92
<b>7</b>	<b>Orientierende Untersuchung der HWS .....</b>	<b>68</b>	<b>9</b>	<b>Funktionelle Untersuchung der HWS .....</b>	<b>93</b>
7.1	Klinische Funktionsprüfung der HWS .....	68	9.1	Die passive Prüfung des Bandapparates in Anteflexion C 0/1 .....	93
7.2	Die Muskeln des zervikokraniellen Übergangs und ihre Bedeutung in der Palpation zur Erstellung der Diagnostik des Atlas-Axis-Gelenkes .....	69	9.2	Isometrische Spannungsprüfung der Nackenmuskulatur .....	93
<b>8</b>	<b>Die Stellungen- und Funktionsdiagnostik des Atlas-Axisgelenkes .....</b>	<b>70</b>	9.3	Funktionelle Untersuchung der HWS und der Kopfgelenke .....	95
8.1	Referenzpunkt für die Palpation des kraniozervikalen Übergangs und benachbarter Strukturen .....	81	9.4	Prüfung der Atlasbeweglichkeit bei Kopfseitneigung .....	96
8.2	Anatomische Orientierung für die Palpation der Atlasquerfortsätze .....	81	9.5	Prüfung der HWS-Rotation im Sitzen (C 2/3) .....	97
8.3	Untersuchungstechnik und Funktionsdiagnostik .....	81	9.6	Prüfung der Beweglichkeit in drei Ebenen .....	97
8.4	Axispalpation .....	82	9.7	Beweglichkeitsprüfung der HWS in drei Etagen nach lateral .....	99
8.5	Lovett-Regel, Fryette-Gesetz .....	82	9.8	Prüfung der Lateralflexion in spannungsfreier Rotation .....	100
8.6	Hirnnerven und vegetatives Nervensystem am Hals .....	83	<b>10</b>	<b>Besondere Gefahren bei der HWS-Manipulation .....</b>	<b>101</b>
			10.1	HWS und Hypermobilität .....	101
			10.2	Gefährliche Situationen im Vertebrales-basilaris-Bereich .....	101
			10.3	Unterberger-Tretversuch im Stehen .....	104
			10.4	Hautan-Probe .....	105
			10.5	Dekleijn-Hängeprobe .....	106

## Die Techniken der Chiropraktik

<b>11</b>	<b>Technik für die Halswirbelsäule (HWS) .....</b>	<b>108</b>	11.5	Mobilisierung von C 0/1 mit Dreipunktkontakt .....	110
11.1	Hauptgriff an der HWS im Sitzen .....	108	11.6	Die segmentale Mobilisierung der HWS mithilfe der Blickrichtung .....	111
11.2	Abwandlung der HWS-Technik 1 .....	108	11.6.1	In sitzender Position .....	111
11.3	Der Hauptgriff an der HWS im Liegen .....	108	11.6.2	In Rückenlage .....	112
11.4	Der Atlas-Dreh .....	109			

11.7	Die HWS-Technik in Bauchlage .....	113	12.14	Die Mobilisation der Schulter in Bauchlage .	139
11.8	Die Streckung der HWS im Sitzen (Naegeli-Technik) .....	114	12.15	Osteopathische Technik für das Schultergelenk .....	140
11.9	Die HWS-Technik im Sitzen (Schwanenhals-Technik) .....	115	<b>13</b>	<b>Technik für Ellenbogen, Unterarm und Hand .....</b>	<b>141</b>
11.10	Die HWS-Technik im Sitzen .....	116	13.1	Distraktion des Humeroradialgelenks .....	141
11.11	Die Atlas-Querfortsatz-Palpationstechnik ..	117	13.2	Die Mobilisation des Radiusköpfchens mit osteopathischer Technik .....	142
11.12	Die HWS-Manipulation in Bauchlage .....	117	13.3	Die manipulative Technik der Hand mit Hyperabduktion im Daumensattelgelenk ..	143
11.13	Die Atlas-Querfortsatz-Technik für Kinder .	118	13.4	Die manipulative Technik der Hand mit ulnarer Abduktion .....	143
11.14	Die translatorische Extension der HWS in Rückenlage .....	119	13.5	Die Weichteiltechnik des Unterarms .....	144
11.15	Die rhythmische Extension der HWS in Rückenlage .....	120	13.6	Die manipulative Technik der Hand in Supinationsstellung .....	144
11.16	Segmentale Untersuchung des zervikothorakalen Übergangs .....	121	13.7	Die manipulative Technik der Hand nach ulnar .....	145
11.17	Prüfung der Beweglichkeit im zervikothorakalen Übergang .....	121	13.8	Die Weichteiltechnik der Hand über das Retinaculum flexorum .....	145
11.18	Prüfung der oberen Thoraxapertur – Test nach Adson .....	122	13.9	Die manipulative Technik der Hand nach radial .....	146
11.19	Untersuchung der ersten Rippe mit dem Federungstest .....	123	13.10	Die Weichteiltechnik des Handgelenks ....	146
11.20	Mobilisierung des zervikothorakalen Übergangs .....	123	13.11	Deblockierung des Daumensattelgelenks ..	147
11.21	Atmungsmobilisierung der ersten Rippe ...	124	<b>14</b>	<b>Technik für die Brustwirbelsäule (BWS) .....</b>	<b>148</b>
11.22	Skapulokostalsyndrom .....	124	14.1	Auffindung der Querfortsätze im Brustwirbelbereich .....	148
<b>12</b>	<b>Technik für die Schulter .....</b>	<b>126</b>	14.2	Orientierungspunkte am Rücken .....	148
12.1	Untersuchung des Schultergelenks .....	126	14.3	Pistolengrifftechnik für die BWS .....	149
12.2	Die Technik zur osteopathischen Mobilisation der Schulter .....	127	14.4	Untersuchung der BWS in Bauchlage .....	151
12.3	Osteopathische Technik am Schultergelenk im Sitzen .....	128	14.5	Die BWS-Technik in Bauchlage mit Daumen- Querfortsatz-Kontakt .....	152
12.4	Die Schultergelenktechnik mit Schub des Humeruskopfes nach dorsal .....	129	14.6	Die Streckungs- und Dehnungstechnik für Kinder .....	153
12.5	Die Schultergelenktechnik mit Schub des Humeruskopfes nach kranial .....	129	14.7	Die BWS-Technik in Bauchlage mit V-förmiger Kontakthand .....	153
12.5.1	Die Schultergelenktechnik mit Gleiten des Humeruskopfes nach dorsal .....	130	14.8	Die BWS-Technik in Bauchlage mit bimanuellem symmetrischem Pisiformis- kontakt .....	154
12.6	Die Schultergelenktechnik mit seitlicher Kapseldehnung .....	131	14.9	Die BWS-Technik in Bauchlage mit bimanuellem Pisiformiskontakt im Winkel .....	154
12.7	Mobilisierung des Sternoklavikulargelenks im Sitzen .....	132	14.10	Die BWS-Technik in Bauchlage mit einseitigem Pisiformiskontakt .....	155
12.8	Osteopathische Mobilisierung des ACG in Seitenlage .....	133	14.11	Die Mobilisation der BWS und LWS in Seitenlage .....	156
12.9	Osteopathische Manipulation des Schultergelenks in Seitenlage mit abduziertem Arm .....	134	14.12	Die BWS- und LWS-Technik im Sitzen mit Daumenschub .....	157
12.10	Die Mobilisierung des Schultergürtels bei Abduktion in Seitenlage .....	135	14.13	Die BWS- und LWS-Technik im Sitzen – Rotation und Extension mit Beckenfixierung .....	158
12.11	Die Mobilisation der Schulter in Seitenlage mit Weichteilbehandlung .....	136			
12.12	Die Manipulation am Schultergelenk in Rückenlage .....	137			
12.13	Die extendierende Mobilisierung der abduzierten Schulter .....	138			

14.14	Die kostovertebrale Technik mit Beckenhebel .....	159	16.14	Instabilität des Beckens und Hüftgelenkes	203
14.15	Die Strecktechnik nach Nelson .....	160	16.2	Chicagotechnik: Reposition eines linken Ilium anterior nach dorsal .....	204
14.16	Nelson einfach .....	161	16.3	Behandlung der medialen Strukturen des Kniegelenks in 90°-Stellung .....	206
14.17	Die BWS-Reposition in Reitertechnik nach Peper .....	162	16.4	Iliosakrale Manipulation in Bauchlage mit Sakrum-Os ischii-Kontakt – Ilium posterior links .....	207
14.18	Die BWS-Technik in Bauchlage mit Daumen-Querfortsatz-Kontakt .....	163	16.5	Behandlung einer Beckendysfunktion mit übergeschlagenen Beinen – Ilium posterior links .....	209
14.19	Die kostovertebrale Technik im Sitzen (kinetische kostovertebrale Technik) .....	164	16.6	Rhythmische Behandlung der Hüfte und unteren Wirbelsäule in Innen- und Außenrotation .....	211
14.20	Repositionstechnik für die BWS im Sitzen ..	165	16.7	Behandlung der LWS und Hüftgelenke in Flexionsstellung .....	213
14.21	Gezielte Mobilisierung der Rippen in Seitneigung .....	166	16.8	Visuelle Beurteilung der Wirbelsäule und des Beckens im Sitzen .....	217
14.22	Entlastung der Wirbelsäule durch den Achselgriff .....	166	16.9	Feststellung eines Beckenschiefstandes ...	218
14.23	Segmentale Mobilisierung der oberen BWS mithilfe der Atmung .....	167	16.10	Provokationstest für die drei wichtigsten Beckenbänder (a: Lig. sacrotuberale, b: Lig. sacrospinale, c: Lig. iliolumbale) ...	219
<b>15</b>	<b>Technik für die Lendenwirbelsäule (LWS) .....</b>	<b>168</b>	16.11	Die Beinlängen-Untersuchungstechnik ...	221
15.1	Röntgenbilder .....	168	16.12	Prüfung des Vorschubphänomens nach Derbolowsky .....	223
15.1.1	LWS-Aufnahme .....	168	16.12.1	Verbindung zwischen Kiefergelenk und Beckendysfunktion .....	223
15.1.2	LWS a.p. und lateral .....	170	16.13	Kinetische Untersuchungen am Iliosakralgelenk (ISG) .....	224
15.1.3	Untersuchungsserie einer angeborenen Hüftluxation bis zur vollständigen Rehabilitation .....	172	16.14	Vorlaufphänomen .....	225
15.1.4	Koxarthrose .....	174	16.15	Das Verlaufphänomen im Sitzen .....	226
15.1.5	Beckenvenenthrombose nach Unterschenkelfraktur .....	176	16.16	Drei-Phasen-Test zur Prüfung des Hüftgelenks, des ISG und des lumbosakralen Überganges .....	227
15.1.6	Wirbel-Hämangiom .....	177	16.17	Testung der Mm. iliopsoas und rectus femoris .....	228
15.1.7	Osteoporose .....	178	16.18	Das Gaensler-Zeichen (Iliosakralgelenk-Untersuchungstechnik) .....	230
15.1.8	Spondylolisthesis .....	179	16.19	Die unmittelbare Mobilisation der Iliosakralgelenke .....	231
15.2	Anheben des gestreckten Beines (Lasègue-Zeichen) .....	180	16.20	Die General-Schwing-Technik nach Schirlo	232
15.3	Dehnung des Rückenmarks zur Untersuchung auf Beteiligung der Dura ...	181	16.21	Die Beckentechnik im Sitzen – Reposition von LWS und Iliosakralgelenk .....	235
15.4	Segmentale Untersuchung der LWS in Seitenlage mit langem Hebel .....	182	16.22	Die Beckenrepositionstechnik in Bauchlage – Os-sacrum-LWS-Technik ....	236
15.5	Die einfache Extensionstechnik für die LWS .....	183	16.22.1	Die direkte Beckentechnik in Rückenlage .	237
15.6	Die Dehnungstechnik in Seitenlage für den LWS-Bereich .....	184	16.23	Die Beckentechnik mit angezogenen Beinen in Rückenlage mit Schub nach kaudal .....	238
15.7	Die direkte Extensionstechnik für die LWS .....	185	16.24	Die Beckentechnik mit angezogenen Beinen in Rückenlage .....	239
15.8	Beckenreposition mit Dorsalschub bei anterior rotiertem Oberkörper .....	186	16.25	Die LWS-Becken-Technik in Rückenlage mit angezogenen Beinen (Spondylolisthesis-Technik) .....	240
<b>16</b>	<b>Technik für das Becken .....</b>	<b>187</b>	16.26	Die direkte Beckenrepositionstechnik im Liegen mit Kniehebel .....	241
16.1	Grafische Darstellungen des Beckens .....	187			
16.1.1	Bandapparat und Beckenmaße .....	193			
16.1.2	Fehlstellungen des Schenkelhalses aus osteopathischer Sicht .....	197			
16.1.3	Ischiokrurale Muskulatur und Lig. sacrotuberale .....	198			

16.26.1	Die Reposition nach dorsal mit Kontakt am Knie und Spina iliaca posterior superior ..	241	<b>18</b>	<b>Technik für Knie und Unterschenkel ...</b>	<b>263</b>
16.26.2	Die Reposition nach dorsal mit Os-ischii-Kniekontakt .....	242	18.1	Die Anterior-posterior-Verschiebung (A.-p.-Verschiebung) bei gebeugtem Kniegelenk (Schubladenphänomen) .....	263
16.26.3	Die Os-iliacum-Reposition nach dorsal mit Kniehebel und Os-ischii-Kontakt .....	243	18.2	Klinische Untersuchungsmethode des Kniegelenks zum Nachweis von Meniskus-schäden (Test nach McMurray) .....	264
16.27	Die Beckenreposition nach ventral in Seiten-Rückenlage .....	244	18.3	Test und Manipulation des medialen und lateralen Meniskus in Bauchlage (Kompressionstest nach Apley) .....	265
16.27.1	Rotationstechnik mit Kniehebel, Knie- und Spina-iliaca-posterior-superior-Kontakt (a) .....	244	18.4	Test und Manipulation des medialen und lateralen Bandapparates mit Entlastung des Knie- und Sprunggelenks (Distractionstest nach Apley) .....	266
16.27.2	Rotationstechnik mit Kniehebel, Knie- und Spina-iliaca-posterior-superior-Kontakt (b) .....	245	18.5	Test und Manipulation des medialen und lateralen Bandapparates in Bauchlage (Zugtest nach Apley) .....	266
16.27.3	Die LWS-Technik mit einem Assistenten ..	246	18.6	Prüfung und Manipulation des femoro-patellaren Gleitlagers .....	267
16.28	Die Beckenreposition nach dorsal in Seiten-Rückenlage .....	247	18.7	Osteopathische Weichteiltechniken im patellaren Bereich (I) .....	267
16.28.1	Rotationstechnik mit Knie-Hebel, Schulter- und Os-ischii-Kontakt .....	247	18.8	Osteopathische Weichteiltechniken im patellaren Bereich (II) .....	268
<b>17</b>	<b>Technik für die Hüfte .....</b>	<b>248</b>	18.9	Osteopathische Weichteiltechniken im patellaren Bereich (III) .....	268
17.1	Hüftgelenkwinkel .....	248	18.10	Die osteopathische Verwringung im Kniegelenk .....	269
17.2	Grafische Darstellungen der Hüfte .....	248	18.11	Die osteopathische Mobilisierung des Kniegelenks bei eingeschränkter Streckung oder Beugung .....	270
17.3	Untersuchung des Hüftgelenks und des Iliosakralgelenks durch aktive Hüftabduktion (Patrick-Test) .....	249	18.12	Die Manipulation des Fibulaköpfchens .....	271
17.4	Untersuchung der Adduktorendehnung mit Muskelenergietechnik (MET) .....	250	18.13	Osteopathische Manipulation des Fibulaköpfchens in Außenrotation des Unterschenkels .....	272
17.5	Die kombinierte Knie-Hüft-Iliosakral-LWS-Technik .....	252	18.14	Die osteopathische Manipulation des Fibulaköpfchens bei Innenrotation des Unterschenkels .....	273
17.6	Die Hüft- und Iliosakralgelenk-Technik in Rückenlage .....	253	18.15	Osteopathische Behandlung des distalen Teils der Fibula mit Wirkung auf das obere Sprunggelenk (A.-p.-Verschiebung) .....	274
17.7	Die Extensions- und Mobilisationstechnik mit Oberschenkelkontakt .....	254	18.16	Rhythmische Druckmanipulation des M. tibialis anterior .....	274
17.8	Die Haltetechnik für osteopathische Weichteilbehandlung der Hüfte .....	255	<b>19</b>	<b>Technik für den Fuß .....</b>	<b>275</b>
17.9	Die kombinierte Mobilisations-Weichteil-Behandlung im Bereich des Tractus iliotibialis und für das Hüftgelenk .....	257	19.1	Allgemeines über den Fuß .....	275
17.10	Die Hüftgelenkmobilisation mit Querfriktion der Außenrotatoren – Hüftschwenktechnik .....	258	19.2	Kraftprüfung der Unterschenkelmuskulatur, vorwiegend im Peronäusbereich .....	276
17.11	Die Hüftmobilisation zur manuellen Weichteilbehandlung mit Querfriktion ....	259	19.3	Kraftprüfung der Unterschenkelmuskulatur mit Wirkung auf das Fußgelenk .....	276
17.12	Oszillierende Dehnung der Beckenbänder (nach Maitland) .....	260	19.4	Passive Dorsalflexion des Fußes .....	277
17.13	Dehnung der Außenrotatoren .....	261	19.5	Passive Plantarflexion des Fußes .....	277
17.14	Osteopathische Mobilisation des Hüftgelenks in Seitenlage .....	262	19.6	Streckung der Zehengrundgelenke .....	278
			19.7	Plantarflexion der Zehengrundgelenke ....	278
			19.8	Osteopathische Manipulation des Fußes ...	279

19.9	Manipulative Dekompression des oberen Sprunggelenks .....	280	19.30	Beiderseitige Prüfung der Großzehengrundgelenke .....	291
19.10	Osteopathische Behandlung des oberen Sprunggelenks mit A.-p.-Verschiebung ....	281	19.31	Dorsale Mobilisierung der Zehengrundgelenke in Rückenlage .....	291
19.11	Osteopathische Mobilisierung des oberen Sprunggelenks in Bauchlage .....	281	19.32	Plantare Mobilisierung der Zehengrundgelenke in Rückenlage .....	292
19.12	Osteopathische Manipulation des oberen Sprunggelenks mit A.-p.-Verschiebung in Bauchlage .....	282	19.33	Die Mobilisierung der Zehengrundgelenke in Bauchlage .....	292
19.13	Manipulation des Kalkaneus .....	282	19.34	Der manipulative Extensionsgriff des Großzehengrundgelenks mit drei Fingern ..	293
19.14	Rotation des Chopart- und Lisfranc-Gelenks .....	283	19.35	Der manipulative Extensionsgriff des Großzehengrundgelenks (Zangengriff) .....	293
19.15	Mobilisierung der Fußwurzelknochen und der Metatarsalen im Lisfranc-Gelenk .....	283	19.36	Die osteopathische Manipulation des Großzehengrundgelenks in Bauchlage .....	294
19.16	Die manuelle Öffnung des Lisfranc-Gelenks in Rückenlage .....	284	19.37	Die osteopathische Manipulation des Großzehengrundgelenks bei maximaler, passiver Dorsalverschiebung sowie A.-p.-Verschiebung .....	294
19.17	Die manuelle Öffnung des Lisfranc-Gelenks in Bauchlage .....	284	19.38	Die osteopathische Manipulation im Zehengrundgelenk .....	295
19.18	Die isolierte Manipulation des Os cuboideum im Chopart- und Lisfranc-Gelenk ...	285	19.39	Die osteopathische Mobilisation des Quergewölbes .....	295
19.19	Manipulation des 4. und 5. Strahls sowie des Os cuboideum .....	285	<b>20</b>	<b>Rückenschule .....</b>	<b>296</b>
19.20	Manipulation des Os cuboideum in Bauchlage .....	286	20.1	Übung zur Vorbeugung von Rückenschmerzen nach einer längeren Sitzperiode .....	297
19.21	Repositionsdruck am Os naviculare in Rückenlage .....	286	20.2	Übungen .....	297
19.22	Manipulation des Os naviculare in Bauchlage .....	287	<b>Schlusswort .....</b>	<b>305</b>	
19.23	Die bimanuelle Aufrichtung der Längsgewölbe in Rückenlage .....	287	<b>Anhang</b>		
19.24	Die manuelle Aufrichtung des Quergewölbes mit der Faust .....	288	Messblätter für Gliedmaßen .....	307	
19.25	Repositionsgriff des Quer- und Längsgewölbes in Bauchlage .....	288	<b>Literatur .....</b>	<b>310</b>	
19.26	Die manuelle Aufrichtung des Quergewölbes mit dem Daumen .....	289	<b>Bildnachweis .....</b>	<b>313</b>	
19.27	Reposition des Quergewölbes in Bauchlage ..	289	<b>Sachverzeichnis .....</b>	<b>314</b>	
19.28	Die bimanuelle Aufrichtung des Quergewölbes in Bauchlage .....	290			
19.29	Mobilisation des ersten Strahls ohne Distraction .....	290			