

Sachverzeichnis

A

Ableitung, fraktionierte 60
Adduktorenparese 108
Affärenz 23
Allodynie 58
Alltag, Verhalten 132, 157, 183
Alltagsbelastung 33
An- und Ausziehen 99, 126
Analogskala
– numerische 42
– visuelle 42
Anästhesie 58
Angst 230–231
annular tear, *siehe* Bandscheibe, Protrusion
Anulus fibrosus 17, 19, 235
Arachnoidea 24
Arbeitsfähigkeit 45
Ästhesie 58
Aufstehen und Hinlegen 126, 154, 178, 203
Axon 23

B

Balneotheapie 85
Bandscheibe
– degenerative Prozesse 30
– Fissur 33
– Fraktur der Endplatte 30
– Innervation 18
– physiologische Druckbelastung 17
– Prolaps 33
– Protrusion 33
– Sequester 33
– Stoffwechsel 18
Bandscheibenbeschwerden
– mechanisch nicht reduzierbare 80
– mechanisch reduzierbare 80
Bandscheibenschaden
– LWS, typische Befunde 119
– akute Phase 89
– Alter 50
– Beinlängendifferenz 51
– Beruf, Hobbys 50
– BWS, typische Befunde 149
– Entzündungsphase 90
– Geschlecht 50
– Häufigkeit 49
– HWS, typische Befunde 173
– Körpergewicht 51
– körperliche Fitness 51
– Rauchen 51
– soziale Zusammenhänge 50
– Stabilisierung 89–90

– Verdachtsdiagnose 80
– Vererbung, familiäre Häufung 51
– Wiederherstellung 89–90
– zeitlicher Verlauf der Heilung 90
Bandscheibenvorfall
– auslösende Faktoren 69
– Dauer der aktuellen Episode 69
– Entwicklung der Beschwerden 70
– intraforaminaler 96
– Prognose 69
– thorakaler, *siehe* Bandscheibenvorfall der BWS
– Vorgeschichte 70
BASE PT 13, 53–54, 88
Bauchlage 203
Bauchmuskulatur 16
Beckenbodenmuskeln 203
Beeinflussbarkeit, mechanische, *siehe* Irritierbarkeit
Beeinträchtigung des Blutflusses 56
Behinderung, Definition 45
Berentung 57
Berührungsempfindlichkeit, *siehe* Ästhesie
Bettruhe 85–86, 125
Bewältigungsverhalten, fehlgesteuertes 230
Beweglichkeit, freie 127, 179
Bewegungsrichtung, bevorzugte 87
Bewegungssinn, *siehe* Lagesinn
Blasen- und Mastdarmfunktion 59
Blasen- und Mastdarstörungen 101
Brachialgie 163
Brachiozervikalgie, *siehe* Zervikobrachialgie
Brustkyphose 142
Brustwirbelsäule, *siehe* BWS
bulging disc, *siehe* Bandscheibe, Protrusion
BWS 17
– Bewegungen 29
– Extension 29
– Flexion 29
– Lateralflexion 29
– obere 141
– Rotation 29
– untere 141

C

Cauda equina 19
Computertomografie 55, 95

CONNECT 52
CT, *siehe* Computertomografie

D

Dendriten 23
Denervierung 39
Depression 227, 230
Dermatom 19
Differenzialdiagnose 56–57
disc herniation, *siehe* Bandscheibe, Prolaps
Drehen 98
Duchenne-Hinken 107
Dura mater 24
Dysästhesie 58

E

Efferenz 23
Elektromyografie 59
EMG, *siehe* Elektromyografie
Engesyndrom 222, 224
Entlordosierung 71
Entzündung 37, 43
Entzündungsreaktion, *siehe* Wundheilungsprozess: Entzündungsphase
Ependymzellen 23
Essen 126
Extension 95
Extremitäten, Bewegung 99

F

Faszikel, *siehe* Nervenfaser
Fersengang 107
Fibrosierung 39
Finger-Boden-Abstand 57, 112
Fraktur 56
freie Beweglichkeit 155
Fuß- und Großzehenheber, Kräftigung 128
Fußheberparese 107
Fußsenker, Kräftigung 128
Fußsenkerparese 106

G

Gewichtsverlust, ungewollter 71
Gleitwirbelbildung 56
Gliazellen 23

H

Halsmuskulatur 14
Halswirbelkörper 17
Halswirbelsäule, *siehe* HWS

Halteapparat
– aktiver 14
– passiver 14
Haltungskontrolle 126, 154, 178
Hamburger-Effekt 32–33
Hantelübungen 127, 180
Harnverhalt 59
Hebelwirkung 196
Heben, Tragen und Abstellen von Lasten 215
Hexenschuss 104
Hinken 72, 104
Hinweise auf andere Erkrankungen, *siehe* Differenzialdiagnose
Hirnnervenstatus 57
hochstützen in Bauchlage 232
Hüftarthrose 119
Hüftbeugerparese 109
Hüftbeugung, endgradige 108
Husten 70, 99, 126, 154, 178
HWK, *siehe* Halswirbelkörper
HWS 17
– Bewegungen 29
– Extension 29
– Flexion 29
– Lateralflexion 29
– Protraktion 29
– Retraktion 29
– Rotation 29
Hypästhesie 58

I

ICF, *siehe* International Classification of Functioning, Disability, and Health
Iliosakralgelenk
– Reizung 119
– schmerzhaftes 57
International Classification of Functioning, Disability, and Health 13
Irritierbarkeit 70, 75, 152
Ischialgie 104
Ischias, *siehe* Ischialgie

K

Kennmuskel 20
Kernspintomografie, *siehe* Magnetresonanztomografie
Knieflexion in Bauchlage, passive, *siehe* Prone-Kneebend-Test
Kniestrecker, Kräftigung 129
Kniestreckerparese 108
Konditionierung, operante 230

- Kontrollüberzeugung 54
Kraftgrade der Kennmuskeln 57
Kräftigung paretischer Muskeln 180
Krankengymnastik 85
Krankheitsgewinn, primärer und sekundärer 57
Kreislauftaining 134
- L**
- Lagesinn 58
Lagewechsel, zwischen Rückenlage und Sitzen 98
Lasègue-Zeichen, *siehe* Straight-Leg-raise-Test
– umgekehrtes, *siehe* Prone-Knee-Bend-Test
Lauftraining 218
Lendenlordose 104
Lendenwirbelkörper 17
Lendenwirbelsäule, *siehe* LWS
Lesekeil 99
Liegen 98, 126, 178
Lig. flava 17
Lig. longitudinalis anterior 17
Lig. longitudinalis posterior 17
Ligg. denticulata 28
Lumbago 104
Lumbalgie 104
Lumboischialgie 104
LWK, *siehe* Lendenwirbelkörper
LWS 17
– Bewegungen 29
– Extension 29
– Flexion 29
– Lateralflexion 29
– Rotation 29
- M**
- M. adductor brevis 108
M. adductor magnus 208
M. biceps brachii 165
M. brachioradialis 165
M. deltoideus 166
M. extensor hallucis longus 106
M. iliopsoas 108
M. latissimus dorsi 202
M. levator scapulae 202
M. quadriceps femoris 107, 129
M. serrati inferior 205
M. serrati posterior 205
M. serrati superior 205
M. tibialis anterior 107
M. triceps brachii 165
M. triceps surae 106, 128
Magnetresonanztomografie 55, 95
- Manipulation 123
Manuelle Therapie 85, 122
Massage 85
Matratzen 203
McGill-Schmerzfragebogen 42
McKenzie 85, 87, 235, 237
McKenzie-Konzept 87
McKenzie-Übungen 232
MEP, *siehe* Potenziale, motorisch evozierte
Mm. interossei dorsales und palmares 163
Mm. longus capitis 205
Mm. longus colli 205
Mm. multifidi 203
Mm. pectorales 205
Mm. rectus capitis anterior 205
Mm. sternocleidomastoideus 205
Mm. transversi 203
Mobilisation 123
Mobilisation des Nervensystems
– Gleittechniken 97
– Quermassage im Nervenverlauf 97
– Spannungstechniken 97
Model-Gang 107
Motivation
– extrinsische (fremdbestimmte) 52
– intrinsische (selbstbestimmte) 52
Motoneuronen 23
MRT, *siehe* Magnetresonanztomografie
Muskelaktivität, stabilisierende 127
Muskeltonus, erhöhter 34
- N**
- Nackenschmerzen 11, 232
Narbenbildung, *siehe* Fibrosierung
– postoperative 68
NAS, *siehe* Analogskala, numerische
Nerven- bzw. Wurzelläsionen, periphere 44
Nervendehnung 96
Nervendehnungstest 28, 72
– Beurteilung der Befunde 73
Nervenfaser 23
Nervengewebe 23
– Regeneration 39
Nervengleitfähigkeit, freie 157
Nervenleitgeschwindigkeit 59
Nervenreizung, chemische 37
Nervenschädigung 36
– durch Dehnung 37
– durch Kompression 37
- Nervenstimulation, transkutane elektrische 87
Nervensystem
– Bewegungen 26
– Blutversorgung 25
– Innervation 26
– peripheres 19
Nervenzellen, strukturelle Veränderungen 44
Neuriten 23
Neuroforamina 17
Neuronen 23
Neuropathie, demyelinisierende 59
Niesen 70, 99, 126, 154, 178
Noceboeffekt 88
North American Spine Society 33
Nozizeptoren 43
Nucleus pulposus 17
- O**
- Oligodendrozyten 23
Operationsindikation 65
Osteochondrom 222
Osteophyten 222
Oswestry-Fragebogen 45
- P**
- Pallästhesie 58
Parese 22, 58, 101
Parkinson-Syndrom, idiopathisches 225
Patient
– Adherence 94
– Compliance 94
– Information 94
– Mitverantwortung 94
Peripherialisierung 78, 236
Pia mater 24
Pilates 85
PKB, *siehe* Prone-Knee-Bend-Test
Plazeboeffekt 88
Plegie 101
Plexus 19
Pneumonieprophylaxe 134
Potenziale
– motorisch evozierte 60
– sensibel evozierte 60
Pressen 70
Prone-Knee-Bend-Test 57, 110
prone-nee-bend-Test 72
Protraktion 163, 172
- Q**
- Querschnittlähmung 34
Querschnittssymptomatik 58
Querschnittssyndrom 33
- R**
- Red Flags 69, 73
Reinnervation 39
Reithosenanästhesie 58, 101
Reizleitung 25
Rentenbegehren 230
Retraktion 171
Richtlinien zur Behandlung von Rückenschmerzen 84
Roland-Morris-Fragebogen 45
Romberg-Versuch 57
Rücken- und Bauchmuskulatur, Kräftigung 211
Rücken- und Nackenbeschwerden, mechanische Einflüsse 69
Rückenmark 19
Rückenmuskulatur 15
Rückenschmerzen 11
Rückenschule 194, 211
- S**
- Sakralwirbel 17
Scherkräfte 197
Schmerz
– ausstrahlender 40
– chronifizierter 230
– therapieresistenter 101
– unspezifischer 80
Schmerzugedächtnis 44, 227, 229
Schmerzsyndrome, postoperative 68
Schmerzverhalten 40
Schonhaltung des Arms 163
Schwann-Zellen 23
Seiltänzerengang 57
Selbstbestimmungstheorie 52
Self-Determination Theory, *siehe* Selbstbestimmungstheorie
Sensibilisierung, zentrale, *siehe* Schmerzgedächtnis
SEP, *siehe* Potenziale, sensibel evozierte
Shift 34, 71, 104, 142, 163
– bei Erkrankungen der HWS 163
Simulationstests 228
Sitzen 99, 126, 154, 178
Sitzgelegenheit 200
Sitzpositionen 200
SLR, *siehe* Straight-Leg-raise-Test
slump-Test 72, 145
Spinalkanal 24

- Spinalkanalstenose 56
Spinalnerven 19
Spine Outcome Research Trial 239, 241
Spondylolisthese, *siehe* Gleitwirbelbildung
Spontanverlauf 84
SPORT, *siehe* Spine Outcome Research Trial
stabilisierende Muskulatur, Aktivierung 205
Stand und Gang, Analyse 57
Steroid-Injektionen 86
Störungen im Bereich der Beine 101
Straight-Leg-raise-Test 57, 109–110, 233–234
straight-Leg-raise-Test, 72
Streckung, *siehe* Wirbelsäulene xtension
- T**
- TENS, *siehe* Nervenstimulation, transkutane elektrische Therapie
- Erfolgskontrolle 69
 - konservative 65, 86, 239
 - medikamentöse 66
 - nicht operative, *siehe* Therapie, konservative
- operative 65, 86, 239
 - postoperative 68
- Thromboseprophylaxe 133–134, 158
Toilette 99, 126
Top-3-Guten-Morgen-Übungen 203
Top-5-Übungen 127, 179, 207, 220
Training, im Alltag 90
Trendelenburg-Gang 107
Tumor 56
- U**
- Überforderung 230
Überreaktion 228
Übungen, Dosierung 91
Übungsprogramme 195
ULTT, *siehe* Upper Limb Tension Test
upper-limb-tension-Test 72, 166
- V**
- VAS, *siehe* Analogskala, visuelle Vasa nervorum 25
Veränderungen des Gangbilds 142
Verhalten der ständigen Überlastung 231
Vermeidungsverhalten 231
Verschlusskrankheit, arterielle 56
Vibrationsempfinden, *siehe* Pallästhesie
- W**
- Wirbelbögen 17
Wirbelgelenke 17
Wirbelkörper 17
Wirbelsäule
- Aufbau 16
 - Beugung 98
 - Bewegungen 28
 - Extension 30, 86, 103
 - Facettenschmerz 222
 - Flexion 29
 - Instabilität 222
 - Lateralflexion 30
 - Rotation 30
 - seitliche Verschiebung, *siehe* Shift
- Wirbelsäulenbeweglichkeit 57
Wundheilung, Phasen 103
Wundheilungsprozess
- Besonderheiten beim Bandscheibengewebe 38
 - Besonderheiten beim Nervengewebe 39
 - Entzündungsphase 38
 - Stabilisierungsphase 38
 - Übergangsphase 38
- Wurzelkompressionssyndrom, zervikales 234
- Y**
- Yellow Flags 73
- Z**
- Zähneputzen 99, 126, 154, 178
Zehengang 106
Zehenheberparese 107
Zentralisierung 74, 78, 92, 235, 237–238
Zentralnervensystem 19
Zervikalgie 163
Zervikobrachialgie 163