

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---------------------------------|------|
| Geleitwort zur 2. Auflage | VI |
| Geleitwort | VI |
| Vorwort | VIII |

Grundlagen der faszialen Osteopathie 1

| | | |
|----------|--|-----------|
| 1 | Definition Faszie | 2 |
| 2 | Funktionelle Bedeutung der Faszien | 4 |
| 2.1 | Faszien als „Flussbett des Lebens“ | 5 |
| 2.2 | Faszien sorgen für Unterteilung | 5 |
| 2.3 | Faszien sorgen für Stabilität und Form | 6 |
| 2.4 | Faszien sorgen für Beweglichkeit | 6 |
| 2.5 | Faszien verbinden | 7 |
| 2.6 | Faszien unterstützen die Posturologie | 7 |
| 2.7 | Faszien als psychoemotionaler Speicher | 8 |
| 2.8 | Darum behandeln wir Faszien | 9 |
| 3 | Embryologie | 10 |
| 3.1 | Entstehung des Bindegewebes | 10 |
| 3.1.1 | Entwicklung der dreiblättrigen Keimscheibe | 10 |
| 3.1.2 | Die dreiblättrige Keimscheibe | 11 |
| 3.2 | Head- und Mackenzie-Zonen – der übertragene Schmerz | 13 |
| 3.3 | Das vermeintliche „Zellgedächtnis“ | 14 |
| 4 | Histologie | 15 |
| 4.1 | Übersicht Gewebearten | 15 |
| 4.2 | Das Bindegewebe | 15 |
| 4.2.1 | Faszien | 16 |
| 4.2.2 | Einteilung des Bindegewebes | 16 |
| 4.3 | Histologie des Bindegewebes – der Faszien | 17 |
| 4.3.1 | Zellen | 18 |
| 4.3.2 | Extrazellulärmatrix | 19 |
| 4.4 | Funktion der Faszien durch ihre Bestandteile | 21 |
| 5 | Faszien und Wissenschaft | 23 |
| 5.1 | Faszien – eigenständig kontraktile Strukturen? | 23 |
| 5.1.1 | Kontraktile Zellen in Faszien – Myofibroblasten | 23 |
| 5.1.2 | Innervation der kontraktilen Zellen | 24 |
| 5.1.3 | Studien zu Auslösern der Faszienkontraktion und -entspannung | 24 |
| 5.2 | Faszien als Wohnort des größten Sinnesorgans? | 25 |
| 5.2.1 | Golgi-Rezeptoren | 25 |
| 5.2.2 | Vater-Pacini-Rezeptoren | 25 |
| 5.2.3 | Ruffini-Rezeptoren | 25 |
| 5.2.4 | Interstitielle Rezeptoren | 25 |
| 5.3 | Fazit | 26 |

| | | |
|------------|--|----|
| 6 | Anatomie und Topografie | 27 |
| 6.1 | Schematische Einteilung der Faszien | 27 |
| 6.1.1 | Das große „Dreiersystem“ der Faszie | 27 |
| 6.1.2 | Einteilung nach Innervation | 28 |
| 6.2 | Pars superficialis der Faszien | 28 |
| 6.2.1 | Funktion der Anteile der Pars superficialis der Faszien | 29 |
| 6.2.2 | Zuordnung zur Pars superficialis der Faszien nach Körperregionen | 30 |
| 6.3 | Pars media der Faszien – die „Organtüte“ | 52 |
| 6.3.1 | Zuordnung der Anteile zur Pars media der Faszien | 52 |
| 6.3.2 | Zuordnung der Pars media der Faszien nach Körperregionen | 52 |
| 6.4 | Pars profunda der Faszien – die „Neuro-WS-Tüte“ | 72 |
| 6.4.1 | Zuordnung der Pars profunda der Faszien nach Körperregionen | 73 |
| 6.5 | Spezielle Faszienamen | 73 |
| 6.6 | Diaphragmen aus faszialer Sicht – die Pufferzonen | 75 |
| 6.6.1 | Respiratorische Diaphragmen | 76 |
| 6.6.2 | Fasziale Diaphragmen | 76 |
| 6.7 | Bogen- und Zentralsehne | 76 |
| 6.7.1 | Die Bogensehne | 76 |
| 6.7.2 | Die Zentralsehne | 78 |

Fasziale Diagnostik 83

| | | |
|------------|--|----|
| 7 | Einführung in die fasziale Diagnostik | 84 |
| 8 | Praxis der faszialen Diagnostik | 86 |
| 8.1 | Inspektion und oberflächliche Palpation | 86 |
| 8.1.1 | Tenderness | 86 |
| 8.1.2 | Asymmetry | 86 |
| 8.1.3 | Range of Motion | 86 |
| 8.1.4 | Tissue Texture Abnormality | 86 |
| 8.2 | Fasziale Tests | 86 |
| 8.3 | Globale Tests | 87 |
| 8.3.1 | Global Listening oder globaler Ecoute-Test im Stand | 87 |
| 8.3.2 | Global Listening oder globaler Ecoute-Test im Sitz | 88 |
| 8.3.3 | Shift des Beckens nach rechts und links | 89 |
| 8.3.4 | Global Listening oder Ecoute-Test im Stand – untere Extremität | 90 |
| 8.3.5 | Global Listening oder Ecoute-Test im Sitz – Armtest | 90 |
| 8.3.6 | Global Listening oder globaler Ecoute-Test im Sitz | 90 |
| 8.3.7 | Global Listening oder globale Ecoute-Tests im Liegen – Beintests | 91 |
| 8.3.8 | Global Listening oder Ecoute-Tests im Liegen – Armtests | 93 |
| 8.3.9 | Zink-Pattern | 94 |
| 8.4 | Regionale Tests | 97 |
| 8.4.1 | Regionale Untersuchung der Füße | 97 |
| 8.4.2 | Regionale Untersuchung des oberen und unteren Sprunggelenks | 98 |
| 8.4.3 | Regionale Untersuchung des Kniegelenks | 98 |

| | | |
|------------|---|------------|
| 8.4.4 | Regionale Untersuchung der Hüfte über AR und IR | 99 |
| 8.4.5 | Regionale Untersuchung des Beckenrings – ISG, SIG und Pubis | 100 |
| 8.4.6 | Regionale Tests im Bereich Halswirbelsäule und zervikothorakale Übergang | 101 |
| 8.4.7 | Regionale Untersuchung der BWS und LWS | 102 |
| 8.4.8 | Regionale Tests für das Viszerum | 103 |
| 8.4.9 | Regionale Tests für den Thorax | 104 |
| 8.4.10 | Regionale Tests für die reziproken Spannungsmembranen | 105 |
| 8.4.11 | Spezielle regionale Tests – die Zentrallinien | 107 |
| 8.5 | Lokale spezifische Tests | 109 |
| 8.5.1 | Bewegungsapparat, Viszerale und Kranium | 109 |
| 9 | Globales Schnellscreening | 111 |
| 9.1 | Das globale Schnellscreening in der Praxis | 111 |
| 9.1.1 | Praxistipps | 111 |
| 9.1.2 | Vorgehen | 112 |
| 9.1.3 | Dokumentationsbeispiel der globalen Auffälligkeiten | 119 |
| 9.1.4 | Übersicht globales Schnellscreening | 119 |
| 9.2 | Sensibilisierungstests für die globalen Befunde aus dem Schnellscreening | 120 |
| 9.2.1 | Sensibilisierungstest | 120 |
| 9.2.2 | Beispiel für einen Sensibilisierungstest | 121 |

Fasziale Therapie 123

| | | |
|-------------|---|------------|
| 10 | Behandlungsprinzipien in der faszialen Osteopathie | 124 |
| 10.1 | Wichtige Begriffe der Faszientherapie von A–Z | 124 |
| 10.2 | Grundprinzipien der faszialen Osteopathie | 125 |
| 10.2.1 | Das Prinzip der direkten Befreiung | 125 |
| 10.2.2 | Das Prinzip der indirekten Befreiung | 127 |
| 10.2.3 | Das Prinzip der kombinierten Befreiung | 130 |
| 11 | Techniken der faszialen Osteopathie | 131 |
| 11.1 | Behandlung der Extremitäten | 131 |
| 11.1.1 | Direkte Befreiung | 131 |
| 11.1.2 | Indirekte Befreiung | 134 |
| 11.2 | Behandlung des Rumpfes, des Halsbereiches und der Membranen | 138 |
| 11.2.1 | Direkte Befreiung | 138 |
| 11.2.2 | Indirekte Befreiung | 142 |
| 11.2.3 | Kombinierte Befreiung | 149 |
| 11.3 | Behandlung der Bogensehne – „Bowstring“ | 149 |
| 11.3.1 | Fascia masseterica | 149 |
| 11.3.2 | Fascia colli (cervicalis) superficialis und media am Ursprungspunkt – Mundboden | 149 |
| 11.3.3 | Obere Thoraxapertur – Fascia colli superficialis und media – Ansatzpunkte | 150 |
| 11.3.4 | Fascia endothoracica – Mediastinum – Perikardbänder | 150 |
| 11.3.5 | Lig. coronarium | 150 |
| 11.3.6 | Lig. falciforme | 150 |

| | | |
|-------------|--|------------|
| 11.3.7 | Lig. teres hepatis – Linea alba | 151 |
| 11.3.8 | Umbilicus | 151 |
| 11.3.9 | Plica umbilicalis mediana (Lig. umbilicale medianum) | 151 |
| 11.3.10 | Präsakrale Faszien | 151 |
| 11.3.11 | Faszie von Delbet – Diaphragma pelvis | 152 |
| 11.3.12 | Tractus iliotalibialis | 152 |
| 11.3.13 | Membrana interossea | 152 |
| 11.4 | Behandlung der Zentralsehne – „Le Tendon central“ | 153 |
| 11.4.1 | Falx cerebri und Falx cerebelli | 153 |
| 11.4.2 | Os hyoidale – Kehlkopf – Befestigungen Pharynx | 153 |
| 11.4.3 | Pleurakuppel – Sibson-Faszie – obere Thoraxapertur | 153 |
| 11.4.4 | Mediastinum | 154 |
| 11.4.5 | Raphae pharyngis – Pharynx – Ösophagus – Hiatus oesophageus | 154 |
| 11.4.6 | Crus diaphragmatica | 154 |
| 11.4.7 | Kontinuität des Peritoneums – Fascia iliaca | 155 |
| 11.4.8 | Faszien des Beckenbodens | 155 |
| 11.4.9 | Faszien der Adduktoren | 155 |
| 11.4.10 | Loge der tiefen Flexoren – Lig. deltoideum (Lig. von Farabeuf) | 156 |
| 11.5 | Spezielle Techniken | 156 |
| 11.5.1 | Bandscheibenbeschwerden LWS – Behandlung in Bauchlage | 156 |
| 11.5.2 | Flexionsdysfunktion LWS – Behandlung in Bauchlage | 157 |
| 11.5.3 | Sakrum-posterior (einseitig oder bilateral) – Behandlung im Sitz | 157 |
| 11.5.4 | Flexionsdysfunktion LWS – Behandlung im Sitz | 158 |

| | | |
|---------------|------------------------------|------------|
| Anhang | | 161 |
| 12 | Abkürzungsverzeichnis | 162 |
| 13 | Abbildungsnachweis | 163 |
| 14 | Literaturverzeichnis | 164 |
| 15 | Sachverzeichnis | 166 |