

Sachverzeichnis

A

Abnormale Impuls generierende Stellen (AIGS) 260
Acetylsalicylsäure 268
Achillessehnenruptur 712
Achillodynie 712
– Pain Guide 712
Achsellücke
– laterale 565
– mediale 565
ACR-1990-Kriterien 147
ACR-2010-Kriterien 148
Activities of Daily Living (ADL), Funktionstraining 218
Adduktorengruppe, Selbstdehnung 453
Adenosindiphosphat (ADP) 58, 82
Adenosintriphosphat (ATP) 58
ADL (Activities of Daily Living), Funktionstraining 218
ADP (Adenosindiphosphat) 58, 82
AIGS (Abnormale Impuls generierende Stellen) 260
Aktinfilament 52, 55
Aktivierungsmechanismen 121
Akupunktur 155, 210
Akupunkturnadeln, Triggerpunktbehandlung 155
Akupunkturpunkte 210
Allodynie 101, 166, 204
Anamnese 116, 136, 214
Angst 31, 93, 104, 118, 123, 207, 243, 292, 310, 324, 360, 363, 382, 418, 664
Ansa cervicalis 376
Anterior Knee Pain (vorderer Knie-schmerz) 31, 408, 461, 709
Antikoagulantien
– direkte orale (DOAK) 268
– neuere 268
Apixaban 268
Apprehension-Test 675
Arbeitshypothese 136, 142, 213, 216
Armabduktion 284
Armbewegungsökonomie 244
Arteria
– femoralis 49
– obturatoria 593
– Entrapment 592
Arthrose
– aktivierte 146
– chronische 146
Aspekt, holodynamischer 211
Aspekt, kognitiv-verhaltenszentrierter 207, 250
Aspirin Cardio 268
Atemmuskulatur 404, 416
Ätiologie mTrPs 114
ATP (Adenosintriphosphat) 58, 105
– Nozizeptorsensibilisierung 67
– Weichmacherwirkung 58, 82
ATP-Bereitstellung 58
ATP-Mangel 82, 105

aufrechterhaltende Faktoren → perpetuierende Faktoren 116, 122, 234, 243, 246, 249, 745
auslösende Faktoren 115
Autogenes Training 221
Autonom-vegetative Phänomene 33, 125
Autostretching 165, 178
Axonende, postsynaptisches 53
Axonotmesis 254
Axonreflex 92, 106
Axonverletzung 254
Azetylcholin 55
Azetylcholin 53, 92, 106
– Freisetzung 107, 156
A α -Nervenfasern 54, 63
A β -Nervenfasern 54, 63
A γ -Nervenfasern 55, 63

B

Basalmembran 79
Bauchwandmuskulatur 386–387, 402
Beckenbodenmuskulatur 434
– transrektale Palpation 441
Befund 136
– Detailuntersuchung 136
– Endphasenschmerz 138, 612
– Funktionsuntersuchung 137
– Grunduntersuchung 136
– Phasenschmerz, schmerzhafter Bogen 673, 676, 708
– Strukturuntersuchung 136
– symptomauslösende Bewegung 139
– Übersichtsuntersuchung 136
– Verlaufskontrolle 139, 613
– Verlaufsparemetern 136, 145, 613
– Zusatzuntersuchung 136
Beinschmerz 20, 702
Beinvenenthrombose 483, 714
Belastbarkeit 116
– reduzierte, Überlastung 33, 119
Belastung 116
– andauernde, in verkürzter Position 116
Belastungsprovokation 138
Beschleunigungsdetektor 65
Bewegung
– aktive, schmerzhaft 137, 612
– endgradig, schmerzhaft 138
– passive, schmerzhaft 613
– Qualität 184, 612
– symptomauslösende 139
Bewegungsprüfung
– aktiv 138, 612–613
– passiv 138
Bewegungsstörung, skapulothorakale 285, 298, 303, 310, 312, 316
Bewegungssystem, Funktionsmodell 70
– konventionell-mechanisches 71
– Tensegrity 71

Bewegungstherapie, funktionelle 184, 220
Bindegewebe
– Adhäsionen 83, 110, 154, 160, 199, 253, 267
– Endomysium 43, 50, 66, 85, 109, 170
– Epimysium 43, 50, 85, 109, 170
– intramuskuläres 49, 60, 77, 83
– Adaptionfähigkeit 49
– Längenbelastungskurve 178
– pathologische Crosslinks 83, 128, 159, 170, 199, 250
– Remodellierung 175, 183–184, 218
– Viskoelastizität 175
– Triggerpunkt-Therapie-Effekt 199
– Wassergehalt 175, 201
– Wirkung des Dehnens 175, 200
– Perimysium 43, 50
Bindegewebsveränderung 83, 109, 128, 154, 250, 267
– Entrapment-Neuropathie 253, 261, 559
– neuromuskuläres Entrapment 253, 266
Bindegewebsverkürzung 84, 109
biopsychosoziales Modell 189
Bizepssehne, lange 515, 675
Blutgefäß(e)
– Druckerhöhung, hartspannungsbedingte 127, 173
– Kompression, kontraktionsbedingte 117
Blutgerinnungsstörung 268
Bogen, schmerzhafter 632, 673, 676
Botox 107, 156
Botulinumtoxin 107, 156
Botulinumtoxin-Injektion 156
Bouchard-Arthrose 557, 692
Bradykinin 68, 88, 102, 106, 202–203
Bradykininkonzentration 88
– Triggerpunkt-Therapie-Effekte 203
Bursitis olecrani 688

C

Ca²⁺ 53, 69, 78, 105
– Ionenpumpe 105
Calcitonin Gene-related Peptide (CGRP) 53, 67, 88, 102, 259
– Konzentrationsmessung 89, 202
Canalis obturatorius 434, 592
Carpaltunnel Syndrom (CTS), siehe Karpaltunnelsyndrom
CGRP (Calcitonin Gene-related Peptide) 53, 67, 88, 102, 259
– Konzentrationsmessung 89, 202
Charakter 118, 122
Chi 155
Chondromatose 688

Cinderella-Hypothese 117
Clinical Reasoning 20, 131, 213
– Therapieresistenz 232
COPD 416, 418
Coxarthrose 146, 249, 409, 428, 430, 435–436, 438, 448, 454, 456, 458, 461, 592, 708
Creep 175, 177, 199
Crosslinks 83
– nicht-wasserlösliche 84
– pathologische 83, 128, 159, 165, 170, 199, 250
– wasserlösliche 178
CRPS (komplexes regionales Schmerzsyndrom) 126
CTS (Carpaltunnel Syndrom), siehe Karpaltunnelsyndrom

D

Dabigatranetexilat 268
DASH Score (Disability of Arm Shoulder and Hand) 195
Deaktivierungsmechanismen 122
Deep Dry Needling 128, 142, 155
Dehnen 168, 199
– bei neuromuskulärem Entrapment 267
– Dauer 176
– defiziente Form 173
– dynamisches 178
– effiziente Form 175
– globales 178
– intermittierendes 178
– Komponente, psychische 170
– Komponente, reflektorische 170, 177
– Komponente, strukturelle 170
– nach Triggerpunkt-Therapie 175
– neuromuskuläre Technik 178
– ohne vorgängige Triggerpunkt-Therapie 174
– Reizintensität 176
– selektives 178
– statisches 178
– Wirkung 169
– unspezifische 177
Dehntests 611
Dehnungsprovokation
– Muskel 138, 145
– Nerv 266
Dejung, Beat 24
Depression 106, 119, 123, 243, 246
Dermatom 19, 24, 101, 147, 206, 260
Desensibilisierung 93, 208
Detonisierung 154, 168, 177, 204
– bei neuromuskulärem Entrapment 266
Detritus 146, 708
Diagnosekriterien mTrPs 34, 136, 139, 196
Diagnostik
– Ausschluss- 145, 217, 613
– Differenzial- 23, 145, 251

- myofasziale 34, 131, 135, 145
 - palpatorische 136, 611
 - Provokationsdiagnostik 159
 - Diaphragma 418
 - Selbstbehandlung 419
 - Differenzialdiagnostik 23, 145, 251
 - Diffuse-noxious-Inhibitory-Control-Modell 205
 - Disability of Arm Shoulder and Hand (DASH Score) 195
 - Diskopathie 666
 - Diskushernie 73, 133, 146
 - lumbale 393, 397, 697, 701
 - zervikale 337, 657, 672, 692
 - Distorsionstrauma, HWS 116, 245, 324, 333, 337, 341, 344, 347, 351, 373
 - DOAK (direkte orale Antikoagulationen) 268
 - Doppler-Sonografie 41, 90, 714
 - Double-Crush-Syndrom 259, 263
 - Druckempfindlichkeit
 - ausgedehnte 151
 - lokale 35, 151
 - maximale 20, 35
 - Dry Needling 155
 - CGRP-Konzentrationsmessung 202
 - deep 155
 - pH-Wert-Veränderung 202
 - Substanz-P-Konzentrationsmessung 202
 - superficial 155
 - Wirksamkeit 26, 190, 202
 - Duchenne-Hinken 708
 - Dupuytren-Kontraktur 540, 692, 696
 - Durchblutung
 - lokale, Triggerpunkt-Therapie-Effekte 201
 - Untersuchung TrP 90
 - Durchblutungsstörung 267
 - lokale, muskelverkürzungsbedingte 127
 - Dysästhesien 19, 33, 127, 146, 173, 254, 259, 267
 - Dysfunktion
 - artikuläre 127, 206, 220, 249
 - biomechanische 206
 - durch Bindegewebsveränderung 128
 - muskelverkürzungsbedingte 127
 - kraniomandibuläre 661
 - Gesamtstatikeinfluss 667
 - Halswirbelsäulenposition 667
 - Pain Guide 671
 - Risikofaktoren 666
 - Schmerzursachen 666
- E**
- Einheit, motorische 59
 - Einzelfaszie 49
 - Eis 165
 - Elektromyografie (EMG) 24, 31, 42, 107, 125, 221
 - Stress-Situation 119
 - Elektrotherapie 156, 222
 - Eliquis 268
 - Ellbogen
 - Bewegungstest, aktiver 633
 - Dehnungsprovokation 633
 - Engpassyndrom 689
 - Screening-Test 635
 - Widerstandstest 633, 638
 - Ellbogenschmerz 20, 688
 - Pain Guide 691
 - primäre Triggerpunkte 240
 - EMG (Elektromyografie) 24, 31, 42, 107, 125, 221
 - Stress-Situation 119
 - Endomysium 43, 50, 66, 85, 109
 - geschrumpftes 84
 - Endoneurium 258
 - Endorphinfreisetzung
 - Stimulation 222
 - Triggerpunkt-Therapie-Effekte 203
 - Endphasenschmerz 138, 612
 - Endplatte, motorische, Dysfunktion 107, 115, 119
 - Endplattenhypothese 104, 142, 610
 - Endplattenspikes, elektromyografische 107
 - Energiekrisenmodell 82, 104, 110
 - Engpass-Stellen, muskuläre 255, 266
 - Behandlung 267
 - Engpassyndrom
 - Ellbogen 689
 - Unterarm 692
 - Entrapment 253, 559
 - distale Mini-Entrapments 609
 - durch die Oberflächenfaszie eines Muskels 609
 - durch eine Muskelfaszie 128, 609
 - extraneurales 257
 - im Bereich der distalsten Nervenstrecke 609
 - intramuskuläres 610
 - intraneurales 257
 - multiokuläres 259, 263
 - neuromuskuläres 127, 255, 559
 - Behandlung 265, 560
 - durch Bindegewebsveränderung 128, 559
 - muskelverkürzungsbedingtes 127
 - Nervenwurzelbereich 560
 - Pathophysiologie 255
 - Entrapment-Neuropathie 253
 - Anamnese 261
 - Ätiologie 261
 - Engpass-Stellen 266
 - extraneurale 257
 - intraneurale 257
 - muskuläre 255
 - Nervenleitungstest 263
 - neurodynamische Tests 263
 - Therapie 264
 - Vorgehen 266
 - Entspannungstechniken 122, 154, 221
 - Entzündung 83, 199, 203, 269
 - neurale 260
 - Entzündungsmediatoren 68, 78, 89, 92
 - Triggerpunkt-Therapie-Effekte 203
 - Epimysium 43, 50, 85, 109
 - Epineurium 258
 - Ergonomie 154
 - Erkrankungen, systemische 119, 234
 - Ernährung 107, 119, 222
 - Erstbehandlung 213
 - Checkliste 213
 - Extrakorporale Stoßwellentherapie 156
 - Extrazelluläre Matrix 45
 - Extremität
 - obere, neuromuskuläres Entrapment 561
 - untere, neuromuskuläres Entrapment 584
- F**
- Facettensyndrom 697, 704
 - FAI (femoroacetabuläres Impingement) 708
 - Faktoren
 - perpetuierende 122, 129, 154, 209, 222, 243, 246, 250
 - prädisponierende 122, 209
 - psychische 118, 122, 221
 - Fango 156, 222
 - Fascia
 - lata 49
 - thoracolumbalis 49, 420
 - Dysfunktion 421
 - Therapie 421
 - Veränderung 421
 - Fast-Twitch-Muskelfasern 60
 - Faszie 43
 - Adhäsionen 13, 83, 110, 128, 154, 199, 253, 263
 - Endomysium 43, 50, 66, 85, 109
 - Epimysium 43, 85, 109
 - intramuskulär 43
 - Perimysium 43, 50, 85
 - Plastizität 49
 - Schmerzübertragung 23
 - Fasziendehnung 159, 176, 199
 - Fasziendysfunktion 109
 - Fasziensensorik 85, 110
 - Faszientrennung 160
 - Fehlbelastung, mechanische 122, 127
 - Fehlernährung 119
 - Fersengang 650, 652
 - Fersensporn 715
 - Fibroblasten 46
 - Fibromyalgie-Syndrom 147, 743
 - Druckschmerzstellen 147
 - Unterscheidung vom myofaszialen Schmerz 147, 745
 - Fibromyositis 23
 - Fibrositis 23
 - Fingerarthrose 692
 - Fingerextensoren 530
 - Selbstdehnung 531
 - Fingerflexoren 541, 544
 - Fluid Shear Stress 201
 - Fluss, axoplasmatischer 259
 - druckbedingte Störung 259
 - FMS (Fibromyalgie-Syndrom) 147, 743
 - Folgebehandlung 213
 - Fremddehnung 180
 - Frohse-Arkade 573, 576
 - Funktionsstörung
 - motorisch 121, 125, 243
 - sensorisch 33, 129, 254
 - vegetativ-trophisch 33, 125
 - Funktionstest 138
 - Funktionstraining 184
 - Funktionsuntersuchungen 136
 - Fuß 652, 714
 - Fußmuskulatur 472, 498
 - funktionelles Training 497, 507
 - kurze, Selbstdehnung 507
 - Fußschmerz 714
 - muskulärer 715
 - Pain Guide 717
- G**
- Gate-Control-Mechanismus 93, 96, 133, 156, 165, 204, 222
 - Gauß-Glockenkurve 611
 - Gelenkblockierung 22, 146, 703
 - Gelenkdysfunktion 146, 206, 220, 249, 703
 - durch Bindegewebsveränderung 128
 - muskelverkürzungsbedingte 127
 - Gelenkinstabilität 146, 669, 675, 697, 703
 - Gelenkschaden, traumatischer 146
 - Gelenkveränderung, degenerative 146
 - Gesäßmuskulatur 424
 - Gesichtsmuskulatur 380
 - Gewebe
 - kollagenes, Deformierungskurve 199
 - Zugfestigkeit 71
 - Gewebsnekrose, lokale 84, 107
 - Gleitdysfunktion, neurale 253, 260, 266, 559
 - Gleitlager 128
 - Mobilisation 317
 - skapulothorakales 285, 303, 316
 - subakromiales 672
 - Gleitschichten, intermuskuläre, manuelle Lösung 160
 - Glutamat 94
 - Glykolyse
 - aerobe 58
 - anaerobe 58, 82
 - Golferellbogen 688
 - Golgi-Rezeptor 170
 - Golgi-Sehnenorgan 54, 66
 - Grundtonus der Muskulatur 66, 104, 159, 172, 204, 709

- Grunduntersuchung 136
 Gruppenfaszie 49, 65, 170, 211
 Guyon-Tunnelsyndrom 692
- H**
- Hals 320
 Halsmuskeln 20, 245, 320
 – prävertebrale, seitliche 321
 Halswirbelsäule 614
 – Beschleunigungstrauma 245, 313, 324, 341, 373, 377, 660, 667
 – Bewegungskomponenten 614
 – neuromuskuläres Entrapment 266
 – Screening-Tests 614
 – Befundinterpretation 617
 Hämatom 166, 215, 268, 316, 490–491, 657
 Handeln, therapeutisches, sinnvolles 212
 Handextensoren 526
 – Selbstdehnung 529
 Handflexoren 541
 Handgelenksarthrose 692
 Handmuskulatur 521
 Handschmerz 22, 692, 694
 – Pain Guide 695
 Handschuhe 165
 Handwurzelknochen, Mobilisation 546, 693
 Hartgummiball 219
 Hartspannstrang 30, 35–36, 107
 – Auswirkung 30, 127, 173
 – Dehnung 173
 – Detonisierung 204
 – Entrapment-Neuropathie 253, 261, 263, 559
 – Folgen 127
 – Lösung 178, 183
 – maximal druckschmerzhafte Stelle 139
 – Palpation 30, 139
 – Schmerzprovokation 139
 Hautschmerz 69–70
 Hauttemperatur 33, 125
 Hautverletzung 268
 Heberden-Arthrose 557
 Heimprogramm 218
 – ADL 218
 – Dehnen 165, 177, 201, 218, 271
 – Selbstbehandlung 164, 218, 223, 688, 693
 – Stretching 218
 – Training 218, 220, 664, 672, 675
 Hemiparese 190
 Hemiplegie 250
 Hilfsmittel 164
 – Faszienrolle 219
 – Hartgummiball 219
 – Hygienehandschuhe 165
 – Kälteapplikationen 165
 – Massagecreme 164
 – Schröpflocke 219
 – Tennisball 219
 – Therapiebügel 219
 – Triggerpunkthölzchen 165
- Hinterhornmodalität 93, 133
 – kontrollierte 99
 – sensibilisierte 100
 – unterdrückte 100
 Hinterhornneuron 93
 – Sensibilisierung 94
 Histamin 92, 203
 Histaminfreisetzung 203
 Histologie 43, 80
 Holografie 211
 Homunculus 663
 Hüftgelenk 249, 641, 705
 – Screening-Tests 641
 Hüftmuskulatur 444
 Hüftschmerz 641, 705
 – Pain Guide 707
 Hygienehandschuhe 165
 Hypästhesie 125, 254, 259, 347, 557, 607, 689
 Hyperalgesie 93, 101
 Hypermobilität 146
 Hypothenarmuskeln 554
 Hypoxie, lokale 82, 86, 104, 159, 257
 – begünstigende Faktoren 105, 107
 – Normalisierung 154, 159
- I**
- ICF-Klassifikation (Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit) 131
 Iliosakralgelenk-Dysfunktion 127, 146, 697, 703
 Immunsystem, Triggerpunkt-Therapie 206
 Impingement
 – femoroacetabuläres 436, 646, 705, 708
 – subakromiales 22, 195, 622, 632, 669, 673, 676
 Impingement-Syndrom 669, 673, 676
 IMTT (Interessengemeinschaft für Myofasziale Triggerpunkt-Therapie 25
 Indikationen 249
 Infektion 269
 – chronische 123
 Infiltration mTrP 156
 Infrarot-Thermografie 90
 Input
 – nozizeptiv 66, 94, 145, 204
 – Schmerzwahrnehmung 133
 – sensorisch 63, 96, 128, 184, 204
 INR (International Normalized Ratio) 268
 Insertionstendinopathie 127
 – Ellbogen 689
 Inspektion 137
 Instabilität 146
 – lumbale 703
 Interdigitalmuskeln 556
 Interessengemeinschaft für Myofasziale Triggerpunkt-Therapie (IMTT) 25
- Interface, mechanisches 253, 261, 559, 567
 International Normalized Ratio (INR) 268
 Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit (ICF-Klassifikation) 131
 Interozeption 67
 Interozeptionsstörung durch Bindegewebsveränderung 128
 Interskapuläre Schmerzen 243, 303, 337, 413, 677
 Intertester-Reliabilität 36
 Intervertebralgelenksdysfunktion 621, 697, 703
 Intratester-Reliabilität 37
 Ionenkanäle 53, 56, 95, 260
 Ischämie
 – Entstehung 116
 – Folge 82, 86, 92
 – intraneurale 255, 260
 – Kompression 157
- J**
- Jump Sign 36
- K**
- Kälteanwendung 222
 Kälteapplikation 165
 Karpaltunnelsyndrom 254, 260, 263, 284, 298, 538, 548, 567, 692, 696
 Katapult-Effekt 73
 Kaumuskelschlinge 357
 Kaumuskulatur 356–357, 667
 – muskuläres Gleichgewicht 667–668
 Kette
 – funktionelle (kinetische) 32, 121–122, 185, 236, 243, 667, 672–673, 689, 693
 – strukturelle 237
 – Triggerpunktkette 120, 145, 166, 212, 216, 233–234, 238, 250, 660, 689, 693, 701
 Kiefer 22, 64, 356, 661
 – Screening-Test 654
 Kiefermuskulatur, Übungen 371
 Kiefturnen 371
 Kinesiotaping 221
 Knie
 – Belastungsprovokation 650
 – Dehnungsprovokation 650
 – Screening-Test 651
 Kniemuskulatur 444
 Knieschmerz 709
 – myofaszialer 709
 – Pain Guide 711
 – vorderer 31, 709
 Kniestreckdefizit 709
 Knochen-Sehnen-Übergang 142
 Knötchen, heberden'sche 557
 Knötchen, schmerzempfindliche 23, 30, 35, 83, 158
- Knoten
 – Kontraktions- 83, 105, 110, 113
 – Kontraktur- 83, 105, 110, 113
 Kofaktoren 107, 119
 Kokzygodynie 704
 Kollagenase 46, 78, 170, 177, 200
 – Freisetzung 200
 – Freisetzung durch Dehnen 175, 177, 200
 – interstitielle 201
 Kollagenfasern 44, 83, 107
 Kompartmentsyndrom, Unterschenkel 714
 Komplexes regionales Schmerzsyndrom (CRPS) 126
 Kompressionsdysfunktion, neurale 253, 261, 559
 Kompressionssyndrom, multilokuläres 567
 Konditionierung 101, 133
 Kontraindikationen
 – absolute 268
 – relative 268
 Kontraktionsknoten 83, 105, 110, 113
 – Lösung 157, 167, 198
 Kontrakturen, lokale 82
 Kontrakturknoten 83, 105, 110, 113
 Kontrolle
 – Bewegungskontrolle 62, 329, 612, 672, 705, 709
 – motorische 32, 244, 526, 530
 – posturale 700
 Konvergenz-Projektionstheorie, modifizierte 102
 Koordination 31
 – intermuskulär 31, 110, 125, 173, 250
 – intramuskulär 110, 125, 173, 250
 Koordinationsstörung
 – durch Bindegewebsveränderung 128
 – hartspannstrangbedingte 127, 173
 – Triggerpunkt-Therapie-Effekte 207
 – triggerpunktinduzierte 32, 127
 Kopf 356
 Kopfschmerz 20–21, 117, 235, 240, 245, 657
 – Pain Guide 659
 – primäre Triggerpunkte 240
 – Screening-Tests 615
 – Warnsymptome 657
 Kopftranslation 137
 Körperfühlbarkeit 221
 Kraft
 – Funktionstest 138
 – Widerstandstest 138
 Kräftigungstherapie 33, 154, 220
 Krafttraining 33, 207, 220
 Kraftübertragung 48, 52, 56, 244
 Krankheitsgewinn, sekundärer 234
 Kreatin 77, 119, 229
 Kreatinphosphat 52, 58, 82

Kryotherapie 165, 222, 264
 – Triggerpunktbehandlung 156
 Kubitaltunnelsyndrom 542

L

L-System 53
 Lacuna
 – musculorum 411, 587
 – vasorum 411
 Laktatkonzentration 91
 Lebensenergie 210
 Leistschmerz 234, 641, 705
 – Pain Guide 707
 Leitungsblock, metabolischer 173, 255, 258
 Lenden-Becken-Hüft-Region 641
 – Screening-Test 642
 Lernen, somatopsychisches 221
 Local Twitch Response 35
 Loge du Guyon 692
 Logensyndrom 490–491, 714
 Lokalanästhetikum 674, 702, 704
 Lokalanästhetikumfiltration 156
 Low Back Pain 185, 235, 237, 240, 245, 397, 409, 432, 697
 – chronisches 700, 704
 – konservative Behandlung 702
 – Operationsindikation 702
 – Pain Guide 699
 – primäre Triggerpunkte 240
 Lymphsystem, Triggerpunkt-Therapie-Effekte 201

M

Manualtherapie
 – gelenkspezifische 220, 660–661
 – muskelspezifische 661
 --- Technik I 157
 --- Technik II 158
 --- Technik III 159
 --- Technik IV 160
 – Muskulatur 271
 – nervenspezifische 220
 Massage, Geschichte 22
 Massagecreme 164
 Matrix
 – extrazelluläre 45, 171
 – Matrix-Metalloprotease MMP-1 201
 Matrix-Metalloprotease-1 (MMP-1) 201
 Mechanical Interface 207, 253, 261, 559, 567
 Mechanorezeptor 63, 67, 96, 128, 159, 170, 206, 421, 665, 681, 700, 703
 – myofaszialer 65
 Mechanosensitivität, neurale 253, 258, 262
 Mechanotransduktion 200
 Membran, postsynaptische 53
 – Dauerdepolarisation 95, 106
 Membrana obturatoria 434, 436
 Meniskusläsion 709
 Meralgia paraesthetica 450, 589
 Mesoneurium 258

MFS (Syndrom, myofasziales) 129
 MGMS 25
 Mikrodialyse 87, 104, 202
 Mini-Entrapment, neuromuskuläres, distales 128, 609
 Mitochondrien 53, 59–60
 – mitochondriale Funktion 91
 MMP-1 (Matrix-Metalloprotease-1) 201
 Mobilisatoren, globale 62, 244
 Morbus Sudeck 126
 Motorikstörung
 – muskuläre Entrapment-Neuropathie 255
 – triggerpunktinduzierte 31, 125
 MRI 42
 Mundöffnung 362, 366, 369–370, 373, 376, 654, 661, 666
 Muscle-Release-Techniken 122, 154
 Musculus(-i)
 – abdominales 402
 – Geradsystem 403
 – Schrägsystem 403
 – abductor
 --- digiti minimi 498, 554
 --- hallucis 498
 --- pollicis
 ---- brevis 550
 ---- longus 534
 – adductor
 --- brevis 454
 --- hallucis 502
 --- longus 454
 --- magnus 456
 --- pollicis 550
 – anconeus 510
 – biceps
 --- brachii 514
 --- Selbstdehnung 515
 --- femoris 466
 – brachialis 516
 --- Selbstdehnung 516
 – brachioradialis 524
 – bulbospongiosus 440
 – coracobrachialis 296
 --- Nervus-musculocutaneus-Durchtritt 564
 – deltoideus 276, 565
 --- Selbstdehnung 277
 – digastricus 372
 – epicranii 382
 – erector spinae 390, 420
 --- Geradsystem 392
 --- Schrägsystem 392
 --- Trakt
 --- lateraler 391, 394
 --- medialer 391, 394
 --- zervikaler 346
 --- Selbstdehnung 349, 355
 – extensor
 --- carpi
 --- radialis brevis 526
 --- radialis longus 526
 --- radialis ulnaris 526
 --- digitorum
 --- brevis 496
 --- communis 530
 --- longus 492

-- hallucis
 --- brevis 496
 --- longus 492
 -- indicis 530
 -- pollicis
 --- brevis 534
 --- longus 534
 – flexor
 --- carpi
 --- radialis 542
 --- ulnaris 542
 -- digiti minimi 554
 -- digitorum
 --- brevis 498
 --- longus 486
 --- profundus 544
 --- superficialis 544
 -- hallucis
 --- brevis 502
 --- longus 486
 -- pollicis
 --- brevis 550
 --- longus 546
 – frontalis 382
 – gastrocnemius 478
 – gemellus
 --- inferior 434
 --- superior 434
 – geniohyoideus 358, 372
 – gluteus
 --- maximus 428
 --- Selbstdehnung 429
 --- medius 430
 --- minimus 430
 -- gracilis 458
 -- Selbstdehnung 458
 – iliacus 408, 411, 585
 – iliocostalis 390
 – iliopsoas 408, 411, 585, 587
 -- Selbstdehnung 181–182, 411
 – infraspinatus 280
 – intercostales 416
 – interossei 502, 556
 -- dorsales 556
 -- palmares 556
 – interspinales 391
 – intertransversarii 391
 – ischiavermosus 440
 – ischioocruales 650
 -- Selbstdehnung 181–182
 – latissimus dorsi 290, 420
 -- Selbstdehnung 182, 291
 – levator
 --- ani 440
 --- scapulae 328
 --- Selbstdehnung 331
 – longissimus 390
 -- capitis 346, 391
 -- cervicis 346, 391
 -- thoracis 391
 – longus
 --- capitis 340
 --- colli 340
 – lumbricales 502, 556
 – masseter 360
 – multifidi 346, 390
 – mylohyoideus 358, 372
 – obliquus
 --- capitis
 --- inferior 350
 --- superior 350
 -- externus abdominis 402, 406, 420
 -- internus abdominis 402, 420
 – obturatorius
 --- externus 436
 --- internus 434
 – obturatorius externus 592
 – obturatorius internus 592
 – occipitalis 382
 – occipitofrontalis 382
 – omohyoideus 376
 -- Offenhalten der Vena jugularis interna 376
 – opponens
 --- digiti minimi 554
 --- pollicis 550
 – orbicularis oculi 380
 – palmaris
 --- brevis 554
 --- longus 540
 – pectineus 452
 – pectoralis
 --- major 292
 --- Selbstdehnung 295
 --- minor 298, 561
 --- Selbstdehnung 301
 – peroneus
 --- brevis 494
 --- longus 494, 600
 --- tertius 494
 – piriformis 432, 596
 -- Dehnen 433
 -- Selbstdehnung 181–182
 -- transrektale Palpation 442–443
 – plantaris 478
 – popliteus 470
 – psoas major 408
 – psoas minor 408
 – pyramidalis 402
 – quadratus
 --- femoris 438
 --- lumborum 396, 420
 --- Dehnen, globales 180
 --- Dehnen, selektives 179
 --- primärer Triggerpunkt 121
 --- Referred-Pain-Gebiet 121
 --- Selbstdehnung 182, 401
 --- plantae 502
 – quadriceps femoris 460, 587
 – rectus
 --- abdominis 402
 --- Selbstdehnung 407
 --- capitis
 --- anterior 340
 --- lateralis 340
 --- posterior major 350
 --- posterior minor 350
 -- femoris 460
 --- Selbstdehnung 465
 – rhomboideus
 --- major 308
 --- minor 308
 – rotatores 390, 394
 -- cervicis 346
 – sartorius 49, 450
 – scalenus
 --- anterior 561

- medius 561
 - posterior 336
 - semimembranosus 49, 466
 - semispinalis
 - capitis 346
 - cervicis 346
 - semitendinosus 49, 466
 - serratus
 - anterior 302
 - Selbstdehnung 307
 - posterior
 - inferior 414, 420
 - superior 412
 - soleus 482, 603
 - sphincter ani externus 440
 - splenius
 - capitis 344, 391
 - cervicis 344
 - cervicis 391
 - sternocleidomastoideus 245, 332
 - Selbstbehandlung 335
 - Selbstdehnung 335
 - sternothyroideus 376
 - stylohyroideus 372
 - subclavius 314, 561
 - suboccipitales 350
 - Selbstdehnung 355
 - subscapularis 284, 675
 - Kontraindikation 268
 - Selbstdehnung 287
 - Triggerpunkte, primäre 217, 242, 285
 - Zugang 284
 - supinator 536
 - Selbstbehandlung 537
 - supraspinatus 278
 - Selbstdehnung 279
 - temporalis 362, 369
 - tensor fasciae latae 448
 - Dehnen 182
 - teres major 288
 - teres minor 282
 - thyrohyoideus 376
 - tibialis
 - anterior 490
 - posterior 488
 - Selbstdehnung 487
 - transversus 310
 - abdominis 402, 420
 - perineus
 - profundus 440
 - superficialis 440
 - trapezius
 - ascendens 312
 - Selbstdehnung 313
 - descendens 324
 - Selbstdehnung 166, 327
 - triceps brachii 510
 - vastus
 - intermedius 49, 460
 - lateralis 49, 460
 - medialis 49, 460
 - zygomaticus 380
 - Muskel(n)
 - Aktivierungsmuster 32, 60
 - Bindegewebsanteil 49, 175
 - Dysfunktion 33, 62, 128, 243
 - globale 62, 185, 244
 - infrahyoideale 358, 376, 667–668
 - ischiokrurale 466
 - Selbstbehandlung 485
 - Selbstdehnung 469
 - lokale 62, 244
 - mimische 359, 380
 - phasische 60
 - prätibiale 490
 - Selbstdehnung 491
 - prävertebrale, tiefe 340
 - funktionelles Training 343
 - Selbstdehnung 342
 - Regeneration 77, 120, 122, 159, 169, 184, 217, 238
 - Rezeptorfunktion 62, 66
 - Schmerz 20, 29, 69, 145
 - chronischer 91
 - Entstehung 68
 - Erregbarkeit des ZNS 94
 - übertragener 101
 - Schwäche 32, 125, 138, 207
 - Skapula stabilisierende, funktionelles Training 307
 - suprahyoideale 358, 667–668
 - tonische 60
 - Verletzung 115–116, 136, 168, 268
 - Wundheilung 77, 84, 203, 268
 - Muskel-Faszien-Interaktion 73
 - Muskel-Faszien-Zyklus 75
 - Muskel-Sehnen-Interaktion 75
 - Muskel-Sehnen-Übergang 142
 - Muskelaktivierungsmuster 32, 121, 125, 196, 243
 - Muskelaktivität
 - dynamisch-exzentrische 60, 117, 138
 - dynamisch-konzentrische 60
 - isometrische 60, 138, 158
 - isotonische 60
 - Muskeldehnung 31, 36, 168
 - Muskelergetechniken 154
 - Muskellentspannung, verzögerte 125
 - Muskelmüdigkeit, erhöhte 125
 - Muskelfaser 30, 43, 51
 - Aktivierungsmuster 60
 - Dauerkontraktion 105
 - extrafusale 59, 66
 - Fast-Twitch 60
 - intermediäre 60
 - intrafusale 59, 66
 - Palpation 139
 - rote 59
 - Slow-Twitch 59
 - Triggerpunkt-Therapie-Effekte 198
 - Überlastung 116
 - Verletzung 104, 115
 - weiße 60
 - Wirkung des Dehnens 170
 - Muskelfaserbündel 20, 30, 35, 43, 85, 139, 141
 - kontrakte 20, 30, 35
 - Muskelfasernekrose, ischämische 84
 - Muskelfaserregeneration 77
 - Muskelfaserzellen 51
 - Muskelfehlbelastung, muskelerkürzungsbedingte 127
 - Muskelfunktion, Ernährungsfaktoren 119, 222
 - Muskelhärte 23
 - Muskelschämie 69
 - Muskelkontraktion 52, 55, 58, 82
 - Ermüdbarkeit 125
 - schmerzhafte 23, 31, 36
 - Verlangsamung 125
 - Muskelläsion
 - lokale 107, 116
 - Schmerz 68
 - Muskelmassage, tief greifende, schmerzhafte 167
 - Muskelmassage, tiefgreifende, schmerzhafte 203
 - Effekte 198, 203
 - Muskelpumpe, Wirkungsmin-derung, Hartspannstrangbedingte 482
 - Muskelpumpe, Wirkungsmin-derung, hartspannstrangbedingte 173
 - Muskelregeneration nach Verletzung 77
 - Muskelrheumatismus 23
 - Muskelschmerz 24, 70, 101
 - chronischer, Nozizeptionsver-änderung 91
 - Entstehung 68
 - ischämischer 69
 - lokaler 69–70
 - übertragener 101
 - Muskelschwäche 32, 36, 125, 139, 613
 - neurapraxiebedingt 254
 - triggerpunktinduzierte 125
 - Muskelspindel 54, 62, 66, 107, 170, 204
 - Effektorfunktion 66
 - Rezeptorfunktion 66
 - Störung 85, 128
 - Muskelspindelafferenz 62
 - Muskelsystem
 - globales 62, 244
 - lokales 62, 244
 - mobilisierendes 62, 185
 - stabilisierendes 62, 185
 - Muskeltonus
 - aktiver 743
 - erhöhter 104, 106
 - psychische Faktoren 118
 - neurophysiologischer 743
 - passiver 171, 178, 743
 - senkende Maßnahmen 221
 - Triggerpunkt-Therapie-Effekte 204
 - viskoelastischer 173
 - Muskelüberlastung
 - akut 104, 121, 136, 184, 242
 - akute 116
 - chronisch 104, 116, 121, 136, 184, 209, 211
 - muskelerkürzungsbedingte 127
 - Muskelverkürzung, hartspannstrangbedingte 127, 174
 - Muskelverletzung, Regeneration 77
 - Muskelzelle 43, 51
 - Muskulatur
 - Innervation 54
 - manuelle Therapie 271
 - Musterunterbrechung 209
 - Myalgie 23
 - Myofascial Release 154
 - Myofibrillen 43, 51, 55, 155
 - Myofibroblast 49, 77, 80, 84
 - Myofibroblasten 47
 - Myogelose 744
 - Sauerstoffpartialdruck 86
 - Myoglobin 52, 59, 198
 - Blutplasma 198
 - Myosinfilament 52, 55, 60, 80, 105, 170
 - Myotom 101, 147, 206
- ## N
- Nacken 320
 - Nackenflexion, passive 262, 605
 - Nackengriff 622, 627
 - Nackennuskulatur 320
 - Faserrichtung 347
 - Schichttiefe 347
 - Verspannung 265
 - Nackenschmerz 21, 657
 - Pain Guide 659
 - Nährstoffmangel 119, 123
 - Narben 84, 110, 210, 254, 260, 267
 - Nekrose, ischämische 84, 92, 107
 - Nerv
 - axonaler Transport 259
 - Blutversorgung 255
 - Durchblutung 255
 - Durchblutungsstörung, druckbedingte 255
 - Leitungsblock, metabolischer 173, 258
 - motorischer, Zusammensetzung 63
 - peripherer
 - Bindegewebe 257
 - Mechanosensitivität 258, 262
 - Reaktion auf mechanischen Reiz 255
 - Schrankenfunktionsstörung, druckbedingte 260
 - Nervenbahn, Druckerhöhung, Hartspannstrang 173
 - Nervendurchblutung 146, 255
 - Nervenendigung, freie 55, 64, 67
 - Nervenfasern 63
 - Typen 54
 - Nervengewebe
 - Durchblutung 255
 - Längendehnung 257
 - Nervenimpuls 260
 - Nervenkompression 146, 254
 - direkte 559
 - indirekte 559
 - multilokuläre 259
 - Nervenkompressionssyndrom, peripheres 253
 - Nervenleitungstest 263

- Nervenplexus s. auch Plexus, neuromuskuläre Entrapments 266
 Nervenregeneration 254
 Nervenstrecke, distale, Entrapment 609
 Nervenverlaufsvariante, Entrapment-Neuropathie 261
 Nervenverletzung, periphere 254
 Nervenwachstumsfaktor 68, 259
 Nervenwurzel, neuromuskuläres Entrapment 265
 Nervenwurzelblock 701
 Nervenwurzelkompression 560
 Nervus(-i)
 – accessorius 310, 312, 324, 332, 341
 – axillaris 276, 282
 – Entrapment 561, 563
 – sensibles Innervationsgebiet 565
 – buccalis, Verlaufsvariante 261, 368
 – cutaneus femoris lateralis 411, 589
 – Entrapment 584, 589
 – neurodynamischer Test 589
 – digitalis, Entrapment 557
 – dorsalis scapulae 308, 328
 – facialis 372, 380, 382
 – femoralis 408, 450, 452, 461, 591
 – Entrapment 409, 584, 586
 – neurodynamischer Test 262, 586, 588
 – Verlauf 411, 587
 – fibularis 600
 – genitofemoralis 590
 – Entrapment 584, 590
 – gluteus
 – inferior 426, 428, 597
 – superior 426, 430, 448, 597
 – iliopsoas 403, 590
 – Entrapment 584, 590
 – ilioinguinalis 403, 590
 – Entrapment 584, 590
 – intercostales 396, 403, 412, 414
 – ischiadicus 49, 594
 – Entrapment 584, 594, 596
 – neurodynamischer Test 594
 – sensibles Innervationsgebiet 595
 – Verlauf 447, 596
 – Verlaufsvariante 261, 597
 – massetericus 360
 – medianus 538, 540, 542, 544, 546, 548, 550, 556, 562, 566
 – Entrapment 538, 561, 566
 – neurodynamischer Test 567, 570
 – sensibles Innervationsgebiet 566
 – Verlaufsvariante 261, 568
 – musculocutaneus 296, 514, 516, 538, 563
 – Entrapment 563
 – neurodynamischer Test 563
 – sensibles Innervationsgebiet 564
 – obturatorius 436, 452, 454, 456, 458, 591
 – Entrapment 584, 592
 – neurodynamischer Test 592
 – occipitalis major
 – Entrapment 325, 347, 605
 – neurodynamischer Test 605
 – sensibles Innervationsgebiet 606
 – pectorales 292, 298, 562
 – peroneus 600
 – communis 466, 597, 600, 602
 – Entrapment 584, 600
 – neurodynamischer Test 601
 – profundus 490, 492, 494, 496, 600
 – sensibles Innervationsgebiet 601
 – superficialis 494, 600, 602
 – Verlauf 602
 – phrenicus 418, 562
 – plantaris
 – lateralis 498, 503, 603
 – medialis 498, 503, 603
 – pterygoideus
 – lateralis 368
 – medialis 366
 – pudendus 440
 – radialis 511, 516, 524, 526, 534, 536, 561–562, 565, 573
 – Entrapment 573
 – neurodynamischer Test 575, 578
 – profundus 530
 – Ramus profundus 534
 – Ramus superficialis
 – Entrapment 526
 – Normvariante 577
 – Verlaufsvariante 261
 – sensibles Innervationsgebiet 573
 – Verlaufsvariante 576
 – saphenus 586
 – spinalis 607
 – subclavius 314, 562
 – subcostalis 396
 – suboccipitalis 350
 – subscapularis 284, 562
 – suprascapularis 278, 280, 565
 – temporalis profundus 362
 – thoracicus longus 302, 562
 – thoracodorsalis 288, 290, 562
 – tibialis 456, 466, 470, 478, 482, 486, 488, 498, 503, 603
 – Entrapment 603
 – neurodynamischer Test 603
 – sensibles Innervationsgebiet 603
 – Verlauf 604
 – trigeminus 360, 362, 366, 372
 – ulnaris 542, 544, 550, 554, 556, 562, 579
 – Entrapment 561, 579
 – neurodynamischer Test 581
 – Ramus profundus, Entrapment 554, 581
 – sensibles Innervationsgebiet 579
 Neuere Antikoagulantien 268
 Neurale Struktur, Mobilisierung 266
 Neurapraxie 254, 258, 264
 Neurodynamik 207, 253, 262
 – Störung 254, 559
 – Triggerpunkt-Therapie-Effekte 207
 Neuron
 – nozizeptives, Übererregbarkeit 95
 – primärafferentes nozizeptives 69
 – sekundäres nozizeptives 93
 – Sensibilisierung Hinterhorn 95
 Neuroplastizität, neuroplastische Veränderungen 95
 Neurotmesis 254
 Notalgia paraesthetica 607
 Nozigenator 32, 91, 111, 252
 Nozizeption 67
 – Störung 129
 – Veränderungen 91
 Nozizeptionsstörung durch Bindegewebsveränderung 129
 Nozizeptor 63, 67, 96, 133
 – polymodaler, unimodaler 67
 – Dichte 93
 – efferente Funktion 67
 – Sensibilisierung 67, 92, 201, 206, 260
 – stummer 69
 Numerischen Rating Skala (NRS) 167
O
 Oberarm-Ohr-Kontakt 632–633
 Oberarmmuskulatur 508
 Oberflächenfaszie, dysfunktionale
 – Entrapment-Neuropathie 261, 559, 609
 – Nervendurchtritt 129, 266
 Oberschenkelmuskulatur 444
 Ödem
 – muskelverkürzungsbedingtes 127
 – neurogenes 106, 201
 Okzipitalneuralgie 347
 Osteoporose 269
 Output-Schmerzmechanismus 93, 133, 135, 251
P
 Pacini-Rezeptor 65
 Pain, *siehe* Schmerz
 Pain Guide 656
 Pain Recognition 30, 35, 37
 Palpation 139
 – differenzierte 141
 Palpationsdiagnostik 139
 Parästhesien 29, 125, 146
 Partizipation 131
 Patienten, unkooperative 247, 269
 Patrick-Test 645–646
 Pause, therapeutische 217
 Perforanten-Trias 129, 609
 Perimysium 43, 50, 85
 – internum 50
 Perineurium 258
 – Innervationsstörung, druckbedingte 260
 pH-Wert
 – Bindegewebeinfluss 84
 – Messung 88
 – Muskelschmerz 68
 – Triggerpunkt-Therapie-Effekte 202
 – verminderter, Nozizeptorsensibilisierung 67
 Phänomene, übertragene 35, 746
 – autonom-vegetativ 33
 – motorisch 33
 – sensorisch 33
 Piercinggriff 161, 163
 Pinzettengriff 161, 163
 PKB-Test, *siehe* Prone-Knee-Bend-Test
 Planta pedis, Muskeln
 – oberflächliche 498
 – tiefe 502
 – Triggerpunkte, Selbstbehandlung 506
 Platysma 380
 Plexus
 – brachialis 562
 – neuromuskuläres Entrapment 561
 – ULNT 561
 – cervicalis 324, 328, 332, 340
 – lumbalis 408, 585, 591
 – Entrapment 584
 – neurodynamischer Test 585
 – lumbosacralis 585
 – Entrapment 584
 – neurodynamischer Test 585
 – sacralis 432, 434, 438, 440
 Plica-Syndrom 688
 Polyarthrose 692
 Pradaxa 268
 Probebehandlung 132, 136, 142, 166, 219, 240, 243, 246
 Pronator-Teres-Syndrom 538, 567
 Prone-Knee-Bend-Test (PKB) 262, 585–586, 588, 697
 Propriozeption 63, 67
 – Störung 31
 – durch Bindegewebsveränderung 128
 – Triggerpunkt-Therapie-Effekte 207
 Prostaglandin E2 68, 92–93, 203
 Proteomanalyse 90
 Provokation
 – Belastungs- 138
 – Dehnungs- 138
 – Druck- 35, 139, 219
 – Widerstands- 138
 Provokationsdiagnostik 141, 159
 Pseudoradikuläre Schmerzen 702
 Psychodynamik 120, 129, 217, 441, 664, 666

Q

Quadrizepstraining 33, 462
 Querverbindungen 46, 49
 Quick-Wert 268

R

Radfahrerlähmung 692
 Radikulopathie 249
 Reassessment 38, 136, 144, 213
 – bei Therapieresistenz 233
 Referred Pain 20, 22, 29, 33, 35, 70, 101
 – Mechanismus 102
 Referred-Pain-Gebiet, Triggerpunkt-Therapie-Effekte 206
 Referred-Pain-Muster 271
 Rehabilitation, aktive 184
 Reizdosierung 215
 Reizintensität
 – Dehnen 176
 – manuelle Triggerpunkt-Therapie 215
 Reizleitung, antidrome 255
 Reizsummation 97, 133
 Relaxation, postisometrische 154
 Reliabilität 36
 Remodellierung 175
 Repetitive Strain Injury 117
 Repräsentation, kortikale 70, 663
 Rigorkomplex 82, 85
 Rivaroxaban 268
 Rolf, Ida P. 24
 Rolfing 24
 Rolle, heiße 156, 222
 Rotatorenmanschettenruptur 675
 Rückenmark, Verschattungsreorganisation 95
 Rückenmuskulatur 384–385
 Rückenschmerz 20
 – akuter 397, 404
 – chronischer 700, 704
 – erfolglos behandelter 208
 – manuelle Triggerpunkt-Therapie 208
 – myofaszialer 701
 Ruffini-Rezeptor 54, 64, 206
 Rumpf 384

S

Sarkomer 51, 56, 81, 84
 – Strukturproteine 52, 56
 Sarkoplasma 52
 Satelliten-Triggerpunkte 120, 238
 Satellitenzellen 77, 199
 Sauerstoffmangel 82
 Sauerstoffpartialdruck-Messung 86
 Scapula alata 137, 302, 308
 Schere, kostoklavikuläre 259, 314, 336, 559, 561
 Schlafstörung 33, 147, 249
 Schmerz
 – abnehmender 215
 – akuter 34, 121–122, 129, 143
 – ausstrahlender

– Meridianbahn 210
 – triggerpunktinduzierter 20, 23, 101, 125
 – chronischer 97, 125, 129, 208, 215, 250, 265
 – Desensibilisierung 93, 208
 – Diagnostik 21, 134, 145
 – fortgeleitet (s. a. Referred Pain) 33
 – Gegenirritation 204
 – interskapulärer 240, 303, 337, 413, 677
 – Pain Guide 679
 – primäre Triggerpunkte 240
 – ischämischer 69
 – klinischer 215
 – kognitiv-verhaltenszentrierter Aspekt 207
 – kraniomandibulärer
 – arthrogener 666
 – myogener 665
 – lumboschialgiformer 430, 432
 – lumbosakraler 235, 409, 430, 448, 641, 697, 700
 – Pain Guide 699
 – muskulär verursachter 20, 22, 68, 83, 93, 100, 129, 145
 – myoarthropathischer 664–665
 – myofaszialer 135
 – ältere Begriffe 23
 – Chronifizierung
 – durch Bindegewebsveränderung 250
 – periphere 250
 – zentrale 250
 – Diagnostik 131
 – kettenförmige Ausbreitung 238
 – Management 212
 – Point of no Return 246
 – Therapie 153
 – Behandlungsvorgehen 165, 213
 – Wirksamkeit 190
 – Therapieresistenz 232
 – Unterschied zum Fibromyalgie-Syndrom 147
 – Neubewertung 208
 – neurogener 134, 254, 264
 – neuromuskuloskelettaler, Quellen 134
 – nichtadäquater 269
 – nozizeptiver 63, 67, 91, 134
 – pseudoradikulärer 121, 430, 448, 702
 – stärker werdender 215
 – subskapulärer 337, 677
 – Pain Guide 679
 – therapeutischer 166, 204, 207–208
 – viszeral bedingter 147
 – Wiedererkennen 30, 35
 Schmerzafferenzen 118
 Schmerzakzeptanz 170, 234, 246
 Schmerzgedulde 189, 207
 Schmerzhemmung 93, 198, 204, 209, 221
 Schmerzhemmung 99
 Schmerzlinderung 221
 Schmerzlokalisierung 29, 745

Schmerzmechanismus 133
 – Koexistenz 133
 – peripherer 68
 – zentraler 93, 135
 Schmerzmediatoren, Modulation 202
 Schmerzmuster 134, 745
 – entzündlich-nozizeptiv 133
 – ischämisch-nozizeptiv 69, 134–135
 – klinisches 133, 137, 144, 208, 215, 219, 234
 – Koexistenz 133
 – komplexes 234
 – mechanisch-nozizeptiv 133
 – Output 133
 – peripher-neurogen 133
 – peripher-nozizeptiv 133
 – zentrales, maladaptives 134
 – zusammengesetztes 234
 Schmerzqualität 29, 135
 Schmerzsyndrom
 – komplexes regionales (CRPS) 126
 – kraniomandibuläres 661
 – myofasziales 23, 34, 36, 129, 249
 – akutes 129, 250
 – chronisches 129, 250
 – Definition 129, 249
 – Energiekrisenmodell 105
 – Geschichte 23
 – komplexes 234, 243
 – perpetuierende Faktoren 122, 249
 – primäres 129, 145, 249
 – psychosoziale Faktoren 209, 234
 – sekundäres 123, 129, 146, 234, 249, 708–709
 – patellofemorales 462, 709
 – zervikales 660
 Schmerztypen 133
 – Koexistenz 133
 – Schmerzqualität 29
 Schmerzübertragung 23, 29, 101, 135, 271, 656
 Schmerzursache, Vorstellungen des Patienten 135, 207
 Schmerzverarbeitung, veränderte 104, 134–135, 198
 Schmerzverlauf, Interpretation 215
 Schmerzvermeidungsverhalten 209
 Schmerzwahrnehmung 99, 133, 206
 – Differenzierung 208
 Schneiden 164
 Schreckmuster 118, 310, 324
 Schröpflocke 219
 Schulter 272
 – Bewegungstests 622
 – Dehnungsprovokation 632
 – Endphasenschmerz 138, 622, 626–627, 673
 – Muskulatur 272
 – schmerzhafter Bogen 632, 673, 676
 – Screening-Tests 622
 – Befundinterpretation 626, 629
 – Widerstandstests 622, 629
 Schulterblattfixatoren, *siehe* Schulterblattstabilisatoren
 Schulterblattlateralisierung 137
 Schulterblattschmerz, medialer 337
 Schulterblattstabilisatoren 32, 246, 672, 676
 Schultergelenkinstabilität 675
 Schulterrehabilitation 195
 Schulterschmerz 669
 – chronischer 675
 – myofaszialer 672–673
 – Pain Guide 671
 – primäre Triggerpunkte 240
 Schultersteife 675
 Schürzengriff 138, 279, 622, 626, 673
 Schwindel 31, 34, 125, 324, 332, 341, 347, 351, 660, 665
 Screening-Tests 611
 Sehne
 – Muskel-Sehnen-Interaktion 74–75
 – Muskel-Sehnen-Übergang 142
 – tendinöser Triggerpunkt 21
 Selbstbehandlung 218
 Selbstdehnung 180
 Selbstmanagement 223
 Sensibilisierung
 – periphere 68, 88, 101, 255, 260
 – zentrale 93, 101
 Septum intermusculare 49
 Serotonin 68, 78, 88, 92, 149, 202
 Simons, David G. 24
 Skalenlücke 259, 263, 321, 336, 562
 Skapulalateralisierung 61, 137
 Skapulasetting 61, 627, 631–632, 673
 Skapulastabilisatoren 61, 125, 657, 672–673, 676–677, 680, 688–689
 Skelettmuskulatur, *siehe* Muskel, Muskulatur
 Sklerotom 147, 206
 Slider 266, 560
 Slow-Twitch-Muskelfasern 59
 SLR (Straight Leg Raise) 262
 SLR-Test 585, 594, 597, 601, 603, 646, 697
 Slump 262
 Slump-Test 585, 592, 594, 599, 601, 603, 649, 697
 – femoraler 586
 Spannungskopfschmerz 21, 660, 665
 Spannungssensoren 66
 Spatium quadrilaterale 561, 563, 565
 Spinalnerv, Rami dorsales 607
 Spinalstenose 697, 702
 Spine-Test 641–642
 Spondylolisthesis 560
 Spondylolyse 560, 697, 701, 703
 Spontanerholung 122, 177
 Spot Tenderness 39
 Spray and Stretch 24, 154

- Sprunggelenk, unteres, rezidivierendes Inversionstrauma 185, 207
 Stabilisatoren
 – Dysfunktion 244
 – globale 62, 244
 -- kompensatorische Überlastung 244
 – lokale 62, 185, 244
 -- Inhibition 244
 -- verzögerte Aktivierung 245
 Stenose, foraminale 672, 697, 702
 Stiffness 176
 Stoffwechselfunktionsstörung 123, 243
 Stomatognathes System 665, 668
 Stopp 160, 167, 209, 213, 215
 Störung, sensorische, muskuläre Entrapment-Neuropathie 255
 Stoßwellen, extrakorporale, Triggerpunktbehandlung 156
 Stoßwellentherapie 156
 Strahlenfibrose 268
 Straight Leg Raise (SLR) 262
 Strain-Counterstrain 154
 Stress
 – chronischer 119
 – psychischer 118
 Stressmanagement 122, 154, 212, 233
 Stretching 154, 165, 168, 201, 218
 Strukturuntersuchung, *siehe* Befund
 Substanz
 – neuroaktive 92, 105, 115
 – vasoaktive 67, 92, 106, 115, 260
 – vasoneuroaktive 106–107, 156, 201
 Substanz P 53, 67, 92, 102, 106, 259
 – Konzentrationsmessung 13, 202
 Superficial Dry Needling 155, 712
 Supinatorsyndrom 536, 696
 Supraspinatussehne, Verkalkung 675
 Swiss Approach 25, 154, 157
 Sympathikus 33, 119, 125, 133, 157
 – Aktivität, gehemmt 65, 159, 206, 208, 250
 – Aktivität, gesteigert 93, 101, 106, 119
 -- stressinduzierte 234
 Symphathikus 68
 Synapse 53, 95, 102
 Syndrom
 – myofasziales (MFS) 129
 – pseudoradikuläres 121, 430, 448
 – radikuläres 467
- T**
- T-System 52, 56
 Tarsaltunnelsyndrom 714
 Taut Band 35–36
 TCM (Traditionell Chinesische Medizin) 210
 Technik I 157
- Technik II 158
 Technik III 159
 Technik IV 160
 Temperatur 90
 – Messung TrP 90
 Tenderpoint 745
 Tennisball 219
 Tennisellbogen 688
 Tensegrity-Modell 71
 Tensioner 266, 560
 Test, neurodynamischer 262, 559
 – Basistests 262
 – Kontraindikation 262
 Testverfahren 612
 Therapeut-Patient-Beziehung 166, 247
 Therapeutendehnung 178
 Therapie 157
 – Arbeitsposition des Therapeuten 161
 – Ausführung 160
 – Ausgangsstellung des Patienten 161
 – Behandlungsvorgehen 165, 213
 – Griff-Fassung 161
 – Heimprogramm 218
 – Hilfsmittel 164
 – Mitarbeit des Patienten 167
 – Pause 217
 – Planung 213
 – Selbstbehandlung 218
 Therapiebad 222
 Therapiebügel 219
 Therapieresistenz 232
 Thermografie 90
 – Infrarot 90
 Thermorezeptor 63, 96
 Thomas-Handgriff 648
 Thoracic-outlet-Syndrom (TOS) 298, 336–337, 562
 Thoraxschmerz 680
 – Angina-pectoris-ähnlicher 686
 -- Pain Guide 687
 – dorsaler 682
 -- Pain Guide 683
 – ventraler 684
 -- Pain Guide 685
 Thrombozytenaggregationshemmer 268
 Tiefensensibilität 48, 62, 67
 – Störungen 128
 Tinnitus 22, 34, 360, 665
 Titin 171
 Titinfilament 56
 TNF- α -Konzentration 88
 Traditionell Chinesische Medizin (TCM) 210
 Training
 – autogenes 221
 – funktionell 184
 – funktionelles 184, 218
 Trainingszustand, mangelnder 107, 119
 Transmembranprotein 200
 Transport, axonaler 259
 Trauma, direktes 115
 Travell, Janet 24
 Trendelenburg-Hinken 708
- Triggerpunkt
 – aktiver 20, 31, 33, 42, 88, 121, 135, 249, 746
 – assoziierter 120, 216, 234, 239, 746
 – Bezeichnungseinführung 24, 26
 – biochemisches Milieu 86–87, 104
 – Deaktivierung 122, 155, 159, 212, 219, 222, 252
 – Diagnostik 34, 131, 135, 196
 – dysfunktionsrelevanter 121, 146, 234, 237, 243, 657, 667, 673, 677, 688, 693, 696, 700, 709, 746
 – histopathologische Veränderungen 80
 – initialer 120
 – Knötchen 83
 – Kontraktionsknoten 81, 85, 105, 109, 154, 157, 167, 173–174, 177, 198, 211
 – latenter 21, 31–32, 36, 42, 88, 121, 140, 219, 233, 238, 746
 -- Behandlung 219
 – ligamentärer 21
 – myofaszialer 21
 -- aktiver 20, 31, 33, 42, 88, 121, 135, 249, 746
 -- Aktivitätszustand 243, 746
 – Ätiologie 114
 -- Beeinflussung 154
 -- Deaktivierung 122, 155, 159, 212, 219, 222, 252
 -- Diagnostik 34, 131, 135, 196
 --- Hauptkriterien 35
 --- Reliabilität 36
 -- in Übergangszonen 142
 --- Kompression
 --- ischämische 194, 196
 --- manuelle 157, 161, 194, 196
 -- Lage im Muskel 142
 -- latenter 21, 31–32, 36, 42, 88, 121, 140, 219, 233, 238, 746
 -- Pathophysiologie 104–105
 -- Therapie 153
 --- apparative Techniken 156
 --- Behandlungsintensität 166
 --- ergänzende Maßnahmen 154
 --- Griff-Fassung 161
 --- invasive 155
 --- physikalische 156
 – Palpation 139
 – periostaler 21
 – perpetuierende Faktoren 122, 129, 209, 243, 246, 250
 – prädisponierende Faktoren 115, 122
 – primärer 21, 120, 122, 166, 216, 238, 250
 -- Lokalisation 121, 216, 240
 -- Suche 121, 216, 240, 250
 – schmerzrelevanter 234
 – sekundärer 21, 31–32, 120, 122, 216, 238, 250
 – subkutaner 21
 – tendinöser 21
 – tendoperiostaler 142
- Triggerpunkt-Therapie
 – apparative 156
 – Behandlungskonzept 153, 166, 212
 – Behandlungstechnik
 -- apparative 156
 -- invasive 155
 -- manuell 157
 -- manuelle 154
 -- reflektorische 154
 – Grenzen 246
 – Indikation 249
 – Kombination mit anderen Methoden 194, 220, 267
 – Kontraindikation 268
 – manuelle, myofasziale 24, 154, 157
 -- Abschluss 219
 -- Effekte
 --- auf das Muskelbindegewebe 199
 --- auf die lokale Trophik 201
 --- auf die Muskelfasern 198
 --- biochemische 201
 --- schmerzhemmende 204
 --- segmental-reflektorische 206
 --- sympatikushemmende 206
 --- tonusregulierende 204
 -- energetischer Aspekt 210
 -- funktioneller Aspekt 206
 -- Hilfsmittel 218
 -- holodynamischer Aspekt 211
 -- Indikationsqualität 246
 -- kognitiv-verhaltenszentrierter Aspekt 207
 -- Patientenmitarbeit 167
 -- Schmerzhaftigkeit 158, 198, 208
 -- Studien 190
 -- Therapiekombinationen 220
 -- Wirksamkeit 190
 – Selbstbehandlung 164, 218
 Triggerpunktaktivität 121
 Triggerpunkthölzchen 165, 219, 279, 318, 394
 Triggerpunktinduzierte Störung 125
 Triggerpunktkette 238–239
 Triggerpunktkomplex 83, 105
 Trismus 366, 654
 Trizepsschlit 565
 Trophik, lokale, Triggerpunkt-Therapie-Effekte 201
 Tropomyosin 52
 Troponin 52
 Truncus lumbosacralis 584
 – Entrapment 594
 Tumor, maligner 269
 Turgor-Effekt 77
 Turn-over-Zeiten 175
 Typ-I-Muskelfasern 59
 Typ-II-Muskelfasern 60

U

- Überdehnung
 - akute 116, 119
 - traumatische 104, 120
- Überlastung 184
 - akute 104, 116, 120, 122, 136, 242
 - bei reduzierter Belastbarkeit 119
 - chronische 104, 106, 116, 120, 136, 209, 211
 - Muskel-Sehnen-Übergang 142
 - sekundäre 243
- Übersichtsuntersuchung 136
- ULNT (Upper Limb Neurodynamic Test)
 - ULNT 1) 570
 - ULNT 2a) 571
 - ULNT 2b) 578
 - ULNT 3) 582
- ULNT (Upper Limb Neurodynamic Test) 262, 559
- Ultraschallanwendung, Triggerpunktbehandlung 156
- Ultraschalldiagnostik 41
- Unterarm
 - Arbeitsbelastung 693
 - Engpasssyndrom 692
- Unterarm-/Handregion
 - Dehnmanöver 634
 - Muskelidentifikation 634
 - Widerstandstest 636
- Unterarmmuskulatur 518–519
- Unterarmschmerz 22, 692, 694
 - Pain Guide 695

U

- Unterkiefer
 - Laterotrusion 366, 370, 373, 654, 661
 - Mediotrusion 366, 368, 370, 654, 661
 - Protrusion 360, 366, 368, 370, 654, 661
 - Retrusion 362, 370, 373, 654, 661
- Unterschenkel
 - Kompartmentsyndrom 714
 - Screening-Test 652
- Unterschenkelmuskulatur 472
 - funktionelles Training 497
- Unterschenkelschmerz 714
 - Pain Guide 717
- Upper Limb Neurodynamic Test (ULNT) 262, 559

V

- Vegetativ-trophische Störung 255
- Vena
 - femoralis 49
 - saphena magna 49
- Verlaufskontrolle 139, 560, 613
- Verlaufsparemeter 136, 145, 613
- Vibrations-Sonoelastografie 41
- Viererzeichenstellung 451, 453
- Viszerotom 147, 206
- Vitaminmangel 119, 123, 234

W

- Wadenkrämpfe, nächtliche 479, 715
- Wadenmuskulatur
 - Selbstbehandlung 485
- Wärme, Triggerpunktbehandlung 156
- Wärmeanwendung 222
- WDR-Neurone 97, 252
- Wickel, warme 222
- Wide-Dynamic-Range-Neurone 97, 252
- Widerstandsprovokation 139, 144
- Widerstandstest 138
- Widespread Pain Index (WPI) 151
- Wiederbefund 144, 213, 234, 613
- Wirbelsäulenveränderung, degenerative 697, 704
- Wirkungsmechanismen 198
 - biochemische 202
 - energetische 210
 - funktionelle 206
 - holodynamische 211
 - kognitiv-verhaltenszentrierte 207
 - lokale 160
 - mechanische 198
 - reflektorische 204
- Wise action 213
- WPI (Widespread Pain Index) 151
- Wundheilung 77
- Wundkontraktion 80, 84

Y

- Yoga 122, 154, 221

Z

- Zangengriff 161, 163
- Zehengang 483, 653
- Zehenmuskulatur, funktionelles Training 497
- Zerrung
 - hintere Oberschenkelmuskulatur 467
 - Leiste 409, 705
 - M. iliopsoas 409
 - Muskel 68, 133
 - chronische 467, 705
 - rezidivierende 409, 479
 - Plexus 254
 - Wade 479
- Zervikalnerv, Ramus dorsalis 605
 - Entrapment 605
 - neurodynamischer Test 605
- Zuckungsreaktion, lokale 30, 34–35, 155
 - biomechanischer Aspekt 202
- Zungenbeinanhebung 373
- Zungenbeinsenkung 376
- Zusatzuntersuchung 136
- Zwerchfell 418
- Zwerchfellatmung 419

α

- α-Rezeptoren-Blocker 107

γ

- γ-Motoneuron 66, 107