

# Sachverzeichnis

## A

A. brachialis 222  
A. dorsalis pedis 185  
A. femoralis 185  
A. tibialis anterior 185  
Abhebeprobe 132  
Achillessehne 206, 211  
– Achillessehnenruptur 284  
Achillodynie, Querfraktionen 302  
Achtertour 147, 153  
– Thorakal- und Skapularregion 162  
ACTH 30, 33  
ADH 30  
Adhäsionen 317  
– Querfraktionen 299  
Adrenalin 30  
afferente Bahnen 64  
Afferenzen 64–65  
AIDS, Massage 53  
Aknenarben 291  
Akupressur 22, 345  
Akupunkturpunkte 347  
akut (Def.) 137  
Alexander-Technik 81  
allgemeine Streichungen 186  
Allodynie 108, 129, 133, 135, 137  
Anamnese 126  
Angststörung 42, 336  
Angstzustände 75  
Anma-Massage 22, 348  
antagonistische Hemmung 121  
antidiuretisches Hormon 30  
Anxiolyse 43  
Art. temporomandibularis 262  
arterielle Verschlusskrankheit (AVK) 292  
Arthrose 298  
artikuläre Säule 143  
Asklepiades 23  
ASTE Bauchlage  
– Bauchunterlagerung 104  
– Hüftunterlagerung 104  
– Knieunterlagerung 104  
– Lagerung 103  
ASTE Rückenlage  
– Lagerung 104  
– Unterlagerung der Beine 105  
ASTE Seitenlage, Lagerung 106  
ASTE Sitz  
– Deckenunterlagerung 106  
– Lagerung 105  
– Tischaufsatz 105  
Asthma 118, 251  
Atemfrequenz 48  
Atemhilfsmuskulatur 245  
Atemtherapie 276  
– ASTE Seitenlage 106  
Atemwegserkrankungen 249, 371  
Atrophien 134  
atrophische Narbe 291  
Aufbewahrungspflicht 102  
Aufklärungspflicht 102  
Außenrotatoren 373

Ausgangsstellung, Rückenmassage 144  
autogene Hemmung 37, 39  
Axonreflex 60, 366  
Ayurveda 21, 340, 345

## B

Babymassage 91, 337  
Bader 23  
Balneologie 23  
basale Stimulation 338–339  
Bauchlage, Varianten 103, 144  
Bauchmassage 80, 88  
– Wirkung 97  
Bauchpresse 253  
Bauchwand  
– Begrenzungen 252  
– Fingerfraktionen 256  
– Handballenfraktionen 255  
– Streichungen 254  
Becken-Shift 157  
Begriffsbestimmung 111  
Behandlungsgebiet 272  
Behandlungsmodalitäten 124  
Behandlungsplanung 271  
Behandlungsraum 101  
beidhändige quere Streichung 146  
Beinbehaarung 185  
Beinmassage 184  
– Entstauung 105  
– Lagerung 185  
Beinmuskulatur, Klopfungen 315  
Belastbarkeit, mechanische 108  
Bergabgehen 373  
Berührungsangst 336  
Bewegungserziehung 15  
Bewegungssinn 37  
Bindegewebsmassage 75  
Blutdruck 48, 75  
Bo-Meridian-Shiatsu 349  
Bobath-Konzept 339  
Bodyworks 109  
Bruxismus 261  
Burn-out 43, 336  
Bursen 130

## C

Capsaicin 62  
Celsus 23  
chopping 107  
chronisch (Def.) 137  
clapping 107  
Colon ascendens u. descendens 253  
Computerarbeit 307  
Coxarthrose, Hüftunterlagerung 103  
CRPS (komplexes neuropathisches Schmerzsyndrom) 74  
Curriculum 359  
Cyriax 116, 130  
– Querfraktionen 298

## D

Darmträgheit 256, 280  
Decken, Lagerung 103  
deep friction 298  
Dehnungen 310  
– Narbenmassage 295  
Dekubitus 296  
Dellentest 130  
Depression 42  
Dequi 348  
Dermatom 72  
Dermatome 24  
Detonisierung 310  
Dokumentation 125  
Dokumentationspflicht 102  
Dopamin 31  
Dosierung, Massage 50  
Drei-Elemente-Lehre 346  
Druckempfindlichkeit 129  
Dry Needling 309  
Duchenne-Muskeldystrophie 26  
Dupuytren-Kontraktur 226, 294  
Durchblutung, Extremitäten 129  
Durchblutungssteigerung, Massage 27

## E

EEG 40  
Effektgröße 46  
Effleurage 25, 107, 110–111  
Eigenanamnese 126  
einhandig beschwert/unbeschwert 111  
Einsichtnahmerecht 102  
Einwilligungserklärung 102  
Elastizitätsprüfung 137  
Elektroenzephalografie 40  
Elektromyografie 39  
Elektrotherapie, Narben 296  
Ellenbogenschmerz, Querfraktionen 300  
Embodiment 41  
Endorphine 31  
energetische Arbeit 15  
Energieschaukel 332  
Enterotome 72  
Entmüdungsmassage 316  
Entspannung 44  
Entspannungsmassage 15, 42  
Entspannungsübungen nach Jacobsen 48  
Entstauung, Beinmassage 105  
Entzündungen, Querfraktionen 300  
Entzündungszeichen 23  
Epicondylus lateralis 221, 223  
Epigastrium 252  
Epikondylopathie  
– laterale 234  
– mediale 228, 230  
– Querfraktionen 300  
Epinephrin 30  
Ergonomie 310  
Erholung, Sportmassage 313  
Erschöpfungserscheinung 42

Ersteindruck 125  
Erwartungen, Massage 27  
Essenz 346  
Exsudationsphase 290  
Exterozeptoren 37, 365  
Extremitäten  
– Durchblutung 129  
– Inspektion und Palpation 129  
– Schwellungen 129  
extrinsische Muskulatur 245  
exzentrische Belastungen 35

## F

Fachkompetenz 357–358  
Familienanamnese 127  
Fascia antebrachii 221  
Fascia brachii 239, 242  
Fascia cruris posterior, Streichungen 210  
Fascia lata 199  
Fascia thoracolumbalis 141, 155  
Faszien 134  
Fasziendehnung 310  
Faszi palpation 135  
Faszientechnik 117, 188, 196  
Faszientrennung 310  
Faszienerkrankungen 294  
Feedbackgespräche 358  
Fibrin 29  
Fibroblastenaktivität, Querfraktionen 299  
Fibromyalgie 336  
Finger, Fingerfraktionen 227  
Fingerfraktionen 116  
– Bauchwand 256  
– Finger 227  
– Fußsohle 190  
– Gesäßmuskulatur 153  
– Handfläche 227  
– Kniegelenk 196  
– lumbal 160  
– M. trapezius pars descendens 176  
– Margo lateralis scapulae 170  
– Oberarm, anterior 245  
– Oberarm, posterior 242  
– Oberschenkel 205, 219  
– thorakal-paravertebral 165  
– Unterarm 231  
– Unterarm, posterior 238  
– Unterschenkel 195, 214  
– ventraler Thorax 249  
Fläche 109  
Flüssigkeitshaushalt 132  
Fossa poplitea 207  
Fragetypen 126  
Friktion 25, 107  
Friktionen 109  
– M. trapezius pars descendens 176  
– Margo lateralis scapulae 170  
– Narben 293  
– Narbenmassage 295  
– subokzipital 184  
– Zehen 188  
– zervikal-paravertebral 182

- Frozen Shoulder 168, 172  
Frühgeborene, Massage 91  
Fünf-Elemente-Lehre 21, 346  
funktionelles Training 310  
Funktionsmassagen 107, 119, 317  
– Ischiokruralmuskulatur 217  
– lumbal 156  
– M. extensor digitorum longus 194  
– M. infraspinatus 171  
– M. latissimus dorsi 169  
– M. pectoralis major 247  
– M. quadriceps femoris 120  
– M. quadriceps femoris 203  
– M. rectus femoris 204  
– M. rhomboideus 167  
– M. subscapularis 172  
– M. teres major und minor 169  
– M. tibialis anterior 194  
– M. trapezius 167  
– M. trapezius pars descendens 174  
– M. triceps brachii 240  
– M. triceps surae 211  
– Mm. peronei 195  
– Oberarm, anterior 243  
– subokzipital 183  
– thorakal-paravertebral 164  
– Unterarm 230  
– Unterschenkel 194  
– ventraler Thorax 247  
– zervikal-paravertebral 180  
Funktionsprüfung 137  
Fuß 184  
– Mobilisation 191  
– Streichungen 187  
Fußreflexzonenmassage 24  
Fußrücken 189  
Fußsohle  
– Fingerfriktionen 190  
– Handballenfriktionen 190
- G**  
Gabelgriff 186  
Galenos 23  
Gamma-Motoneurone 47  
ganzheitliche Shiatsu-Therapie 349  
Gastrin 31  
gastrointestinale Hormone 31  
Gate-Control-Theorie 38  
Gefäße, Bein 185  
Genexpression 33, 54  
Gesäßmuskulatur  
– Fingerfriktionen 153  
– Handballenfriktionen 152  
– Knetungen 150  
– Walkungen 150  
Gesichtsmassage 261  
Gesichtsmuskeln 262  
gewebelösende Maßnahmen 249  
Glandula parotis 263  
Gliding 107  
Glutealmuskulatur 207  
Glutealregion 149  
– Anatomie 139  
Glykogen 314, 374
- Golferellenbogen 228, 230  
Golgi-Sehnenorgan 37  
Granulationsphase 290, 293, 372  
Gravidität, ASTE Seitenlage 106  
großflächige Techniken 273
- H**  
H-Reflex 39  
Hackungen 107, 109, 111, 118  
Halbrollen, Lagerung 103  
Hämatome 296  
Hamulus ossis hamati 221  
Handballenfriktionen 116, 152  
– Bauchwand 255  
– Fußsohle 190  
– Handfläche 227  
– lumbal 160  
– M. trapezius pars descendens 176  
– Margo lateralis scapulae 170  
– Oberarm, anterior 243  
– Oberarm, posterior 239  
– Oberschenkel 205, 219  
– thorakal-paravertebral 164  
– Unterarm 230  
– Unterarm, posterior 236  
– Unterschenkel 194, 214  
– ventraler Thorax 247  
Handfläche  
– Fingerfriktionen 227  
– Handballenfriktionen 227  
– Streichungen 226  
Handrücken, Streichungen 232  
Hänge-Pack-Griffe, ventraler Thorax 250  
Hartspannstrang 307  
Hautdurchblutung, Massage 28  
Hautfältentest 130, 132  
Hautkonsistenz  
– Palpation 131  
– Untersuchung 128  
Hautoberfläche  
– Palpation 131  
– Untersuchung 128  
Hautrollungen, ventraler Thorax 250  
Head-Zonen 24, 72  
Hemiparese 318  
Hernia cicatrix 292  
Herzfrequenz 47  
Herzleistung 75  
Hilfsmittel, Lagerung 103  
Hippokrates 22  
Hirndurchblutung 40  
Hirnströme 41  
HIV-Infektion, Massage 53  
Hormone des Immunsystems 32  
Hüft-TEP 106  
– Lagerung 103  
Hüftunterlagerung, Coxarthrose 103  
HWS-Beschleunigungstrauma 307  
Hyperalgesie 72, 108  
Hyperästhesie 72  
Hyperpigmentierung, Narben 292  
hypertrophe Narben 291  
Hypertrophie 34  
Hypothenar, Knetungen 226
- I**  
Immunantwort, zelluläre 32  
Immunsystem, Hormone 32  
Infant Handling 339  
Informationspflicht 102  
Inhouse-Praktikum 363  
Insertionstendinitis 285  
Insertionstendopathie 298  
Inspektion 125, 127  
– Extremitäten 129  
Insulin 31  
Intensität 107  
interkostale Streichungen 155, 162  
Interkostalstreichungen 246  
– ventraler Thorax 249  
Interleukine 32  
intrinsische Muskulatur 245  
Ischiokruralmuskulatur 215–217
- J**  
Jacobsen 48
- K**  
Känguruhing 339  
Kannabinoide 31  
Karnickelgriff 179  
Karpaltunnel 221  
Karpaltunnelsyndrom 226  
Kaumuskulatur 261–262  
Keile, Lagerung 103  
Keloid 292  
Keloidbildung 291  
Kibler-Falte 250, 369  
Kiblerfalte 132  
– Narbenmassage 295  
Kiefergelenk 262  
– Beschwerden 307  
Killerzellen, natürliche 32  
Kinaesthetics Infant Handling 339  
Kinderbobathkonzept 339  
Kissen, Lagerung 103  
Klatschungen 107, 109, 111, 118  
kleinflächige Techniken 273  
klinische Forschung 97  
klinische Massage 15  
Klonus 318  
Klopfungen 107, 109, 111  
– Asthma 251  
– Beinmuskulatur 315  
– ventraler Thorax 251  
Kneading 107  
Knet-Walkung, Adduktoren 201  
Knetungen 107, 109, 114  
– Gesäßmuskulatur 150  
– Hypothenar 226  
– M. rectus abdominis 255  
– M. transversus 255  
– M. trapezius pars descendens 173  
– Margo lateralis scapulae 168  
– Mm. obliquus 255  
– Narben 293  
– Narbenmassage 295  
– Oberarm, anterior 242  
– Oberarm, posterior 239
- Oberschenkel 199, 216  
– Rückenstrecker 155  
– Unterarm 230  
– Unterarm, posterior 235  
– Unterschenkel 210  
– ventraler Thorax 247  
– zervikal-paravertebral 179  
Kniegelenk 184  
– Fingerfriktionen 196  
– Streichungen 195  
Kniekehle 207  
Knöchelstreichungen 148  
Kolonbehandlung, Vogler 105  
Kolonmassage 256  
– Indikationen/Kontraindikationen 257  
komplexes neuropathisches Schmerzsyndrom (CRPS) 74  
Konfuzianismus 345  
konsensuelle Reaktion 40  
Kontaktaufnahme 124  
Kontraindikationen 124  
– Massage 52  
Kopfschmerzen 84, 86  
Kopfteil, Therapieliege 144  
Körperpsychotherapie 42  
Körperseite, Auswahl 271  
Kortisol 30, 33  
Koxarthrose 281  
kraniokaudale Streichung 144  
Kreatinkinase 35  
Kryotherapie 297  
kutiviszeraler Reflex 40, 71
- L**  
Lagerung 102  
– ASTE Rückenlage 104  
– ASTE Seitenlage 106  
– ASTE Sitz 105  
– ASTE-Bauchlage 103  
– Beinmassage 185  
– Decken 103  
– Hilfsmittel 103  
– Hüft-TEP 103  
– Keile 103  
– Kissen 103  
– Rückenmassage 144  
Lagerungsrolle 103, 144  
– Rückenlage 105  
Lagesinn 37  
Laktat 35, 314  
Längsfriktionen 303  
Lasertherapie 297  
Latenzphase 290, 372  
laterale Epikondylopathie 234  
Lebensenergie 346–347  
Lichttherapie 297  
Lidschluss 262  
Lig. coracohumerale 241  
Lig. patellae  
– Querfriktionen 302  
– Tendopathie 302  
Lig. talofibulare anterius, Querfriktionen 302  
Lig. transversum carpi 221  
Linea alba 252–253  
Lippenschluss 262

Lumbalregion  
 – Anatomie 141  
 – Streichungen 153  
 Lymphangiosis carcinomatosa 54  
 lymphatischer Rückstrom, Massage 28  
 Lymphdrainage 317  
 Lymphödem 54  
 Lymphonodi poplitea 207  
 Lymphozyten 33

## M

M. adductor longus 201  
 M. adductor pollicis 228  
 M. biceps brachii 243, 321, 325  
 M. biceps caput longum 207  
 M. biceps femoris 207, 215  
 M. brachioradialis 221, 230, 235  
 M. bicipitor 262  
 M. deltoideus 221, 224, 239, 243  
 M. erector spinae 142, 155  
 M. extensor carpi ulnaris, Querfriktionen 301  
 M. extensor digitorum longus, Funktionsmassagen 194  
 M. flexor pollicis longus 221  
 M. frontalis 261  
 M. gastrocnemius 192  
 M. gastrocnemius caput medialis 184  
 M. gluteus maximus 141, 150, 207  
 M. gracilis 201  
 M. iliocostalis 143  
 M. infraspinatus 142, 171, 373  
 – Funktionsmassagen 171  
 – Triggerpunkte 304  
 M. interosseus dorsalis 228  
 M. latissimus dorsi 141–142  
 – Funktionsmassagen 169  
 M. levator scapulae 143  
 M. longissimus capitis 143  
 M. masseter 261–263  
 M. multifidus cervicis 143  
 M. multifidus lumbalis 142  
 M. nasalis 262  
 M. obliquus externus abdominis 252  
 M. occipitofrontalis 262  
 M. orbicularis oculi 262  
 M. orbicularis ori 262  
 M. pectoralis 246  
 M. pectoralis major 245, 320  
 – Funktionsmassagen 247  
 M. piriformis 141, 149, 207  
 – Funktionsmassage 151  
 M. pronator quadratus 221  
 M. pronator teres 222  
 M. pterygoideus lateralis 263  
 M. pterygoideus medialis 263  
 M. quadratus lumborum 154, 252  
 M. quadriceps 373  
 M. quadriceps femoris 184, 200, 323, 326  
 – Funktionsmassage 120  
 – Funktionsmassagen 203  
 M. rectus abdominis 252  
 – Knetungen 255

M. rectus femoris 200  
 – Funktionsmassage 204  
 M. rhomboideus 166  
 – Funktionsmassagen 167  
 M. sartorius 185  
 M. semimembranosus 207, 215  
 M. semispinalis capitis 143  
 M. semispinalis cervicis 143  
 M. semitendinosus 207, 215, 219  
 M. spinalis 142  
 M. splenius capitis 143  
 M. splenius cervicis 143  
 M. sternocleidomastoideus 143  
 M. subscapularis  
 – Funktionsmassagen 172  
 – Triggerpunkt-Therapie 312  
 M. supinator 222, 238  
 M. supraspinatus 142  
 – Querfriktionen der Sehne 301  
 M. temporalis 261–262  
 M. teres major und minor, Funktionsmassagen 169  
 M. teres minor 373  
 M. tibialis anterior, Funktionsmassagen 194  
 M. transversus, Knetungen 255  
 M. transversus abdominis 141, 253  
 M. transversus lumborum 141  
 M. trapezius 142–143, 166, 320  
 – Funktionsmassagen 167  
 – pars descendens 173  
 M. trapezius pars descendens  
 – Fingerfriktionen 176  
 – Friktionen 176  
 – Funktionsmassagen 174, 286  
 – Handballenfriktionen 176  
 – Knetungen 173  
 M. triceps brachii 222, 239  
 – Funktionsmassagen 240  
 M. triceps surae 323  
 – Funktionsmassagen 211  
 M. vastus intermedius 200  
 M. vastus lateralis 184, 200, 203, 207, 215–216  
 M. vastus medialis 200, 203  
 M. zygomaticus major 262  
 Makrophagen 32  
 Mammakarzinom 54  
 Mandibula 262  
 manuelle Lymphdrainage 317  
 – Metastasierung 54  
 manuelle Narbenbehandlung, Zeitpunkt 293  
 Margo lateralis scapulae 168  
 – Knetungen 168  
 Margo medialis scapulae 166  
 Massage  
 – Abdomen 88  
 – AIDS 53  
 – Behandlungsgebiet 272  
 – Behandlungsplanung 271  
 – Dauer 43  
 – Definition 15  
 – Dosierung 50  
 – Durchblutungssteigerung 27  
 – Entspannungsmassage 15  
 – Erwartungen 27  
 – Fläche 109  
 – Frühgeborene 80, 91

– Geschwindigkeit 109  
 – HIV-Infektion 53  
 – Intensität 107  
 – klinische Massage 15  
 – Kontraindikationen 52  
 – Körperseite, Auswahl 271  
 – lymphatischer Rückstrom 28  
 – Massage frictio et gestatio 23  
 – Metastasen 53  
 – Muskeldurchblutung 28  
 – Muskelzelle 26  
 – Nebenwirkungen 54  
 – nicht spezifische Effekte 27  
 – onkologische 53  
 – psychische Reaktionen 42  
 – Sicherheit 87  
 – spezifischer Effekt 26  
 – Stoffwechselsteigerung 27, 277  
 – Technikauswahl 273  
 – Ursprünge 20  
 – venöser Rückstrom 28  
 – Wirkung 26  
 Massagemittel 124  
 Massagetechniken 107  
 – Klassifizierung 109  
 Massageotherapie, Definition 15  
 Masseur, Ausbildung 358  
 Masunaga-Shiatsu 349  
 Maturationsphase 290, 372  
 Maussteuerung 373  
 Maximalkraftbelastung, Vibrations-therapie 315  
 Mechanorezeptoren 37  
 Mechanotransduktion 33  
 mediale Epikondylopathie 228, 230  
 Medioklavikularlinie 252  
 Membrana interossea antebrachii 221  
 Meridianen 347  
 Merkel-Tastscheibe 37  
 Mesmerismus 22  
 Metastasen  
 – manuelle Lymphdrainage 54  
 – Massage 53  
 Meteorismus 257  
 Methodenkompetenz 357  
 Migräne 83, 86  
 Mikrotubuli 34  
 Milchsäure 35  
 Mm. ischiocrurales 217, 326  
 Mm. levatores costarum 245  
 Mm. obliquus, Knetungen 255  
 Mm. pectorales 245  
 Mm. peronei, Funktionsmassagen 195  
 Mm. psoas 252  
 Mm. semispinales 180  
 Mm. serrati anteriores 245  
 Mm. serrati posteriores 245  
 Mm. splenii 180  
 Mobilisation 275  
 – tarsotransversale 191  
 Morphin 38  
 Motoneurone 47, 70  
 – Aktivität 39, 87  
 – Erregbarkeit 39  
 mTrP, aktive 67  
 multiple Sklerose 75, 318

Muscle-Release-Techniken 309  
 Muskel-Energie-Techniken 309  
 Muskeldurchblutung, Massage 28  
 Muskelfaserriss 298  
 Muskelhartspann 119, 134–135  
 Muskelschämie 62  
 Muskelkater 35, 49, 52, 54, 62, 313–314, 316  
 Muskelkonsistenz 128, 130  
 – Palpation 133  
 Muskelschmerzen 35  
 – Efferenzen 69  
 Muskelspindel 47  
 Muskeltonus 38–39, 47, 138  
 – Prüfung 133  
 Muskelverhärtung 17, 130, 134  
 Muskelverhärtungen 137  
 Muskelverletzungen 35, 294  
 Muskelzelle 34  
 Muskelzellen  
 – Entzündungen 36  
 – Massage 26  
 Muskulatur, Noxen 62  
 Myofascial Release 309  
 myofasziale Triggerpunkte 63  
 myofaszialer Triggerpunkt 303  
 myofasziales Syndrom 306  
 Myofibrose 63  
 Myogelose 17, 63, 134, 308  
 Myotendopathie 298  
 Myotome 72

## N

N. facialis 262–263  
 N. femoralis 185  
 N. infraorbitalis 263  
 N. ischiadicus 207  
 N. mandibularis 262  
 N. medianus 222  
 N. mentalis 263  
 N. peroneus communis 207  
 N. peroneus superficialis 185  
 N. radialis 222  
 N. radialis ramus superficialis 237  
 N. saphenus 185  
 N. supraorbitalis 263  
 N. tibialis 207  
 N. trigemimus 262  
 N. trigeminus 263  
 N. ulnaris 222  
 Nackenschmerzen 83–84, 307  
 Namikoshi-Shiatsu 348  
 Narben 290  
 – Aknenarben 291  
 – Akupunktmassage 297  
 – Akupunktur 297  
 – atrophische Narbe 291  
 – Elektrotherapie 296  
 – Friktionen 293  
 – Hyperpigmentierung 292  
 – hypertrophe 292  
 – Knetungen 293  
 – Narbenkontraktur 292  
 – psychologische Bedeutung 298  
 – Sensibilitätsstörungen 294  
 – Streichungen 293  
 – Ultraschall 297

- Verbrennungsnarben 291
  - Narbenbehandlung 290
  - Narbenbruch 292
  - Narbencreme 296
  - Narbgewebe 129
  - Narbenkontraktur 292
  - Narbenmassage 290
    - Dehnungen 295
    - Friktionen 295
    - Kiblerfalte 295
    - Knetungen 295
    - Streichungen 295
  - natürliche Killerzellen 32
  - Nebenwirkungen, Massage 54
  - Nervenleitgeschwindigkeit 71
  - Nervenstimulation 296
  - Neurotransmitter 31, 38
  - nicht spezifische Effekte, Massage 27
  - Nieren-Jing 347
  - NK-Zellen 32–33
  - Noradrenalin 30, 74
  - Norepinephrin 30
  - Noxen, Muskulatur 62
  - Nozizeption 38, 68
  - Nozizeptoren 60
  - Nucleus raphe magnus 38
- O**
- Oberschenkel 184, 207
    - Fingerfriktionen 205, 219
    - Handballenfriktionen 205, 219
    - Knetung 216
    - Knetungen 199
    - Streichungen 197, 215
    - Walkungen 202, 217
  - Obstipation 256
    - Symptome 257
  - Ohrspeicheldrüse 263
  - onkologische Massage 53
  - Os pisiforme 116, 221
  - Osteosarkom 54
  - Oxytocin 29, 33, 43
- P**
- Palpation 128, 137
    - Extremitäten 129
    - Faszien 135
    - Technik und Interpretation 130
  - Panikstörung 336
  - Parese
    - schlaff 186, 208
    - schlaffe, Massage 324
    - spastisch 186, 208
    - spastische, Massage 319
  - Patientenrechtegesetz 102
  - Patientenverfügungen 102
  - pelvirochantäre Muskelgruppe 141
  - percussion movements 107
  - periaquäduktales Grau 38
  - Personalkompetenz 358
  - Pes anserinus 200, 207
  - Pétrissage 25, 107, 114
  - Phlebothrombose 129
  - Phonophorese 297
  - Phototherapie 297
  - physiologische Erholung 314
  - Pinzettengriff 303
  - Piriformis-Syndrom 141
  - Pistolengriff 188
  - Placeboeffekte 27
  - Planum subcostalis 252
  - Pneumonie 118
  - postisometrische Relaxation 121, 309
  - posttraumatische Belastungsstörung 336
  - Proc. spinosus, HWS 143
  - projizierter Schmerz 68
  - Proliferationsphase 290, 293, 372
  - Propriozeptoren 37, 365
  - provokative Palpation mit Querfriktionen 302
  - psychische Reaktionen, Massage 42
- Q**
- Qi 22, 346
  - Querfriktionen 116, 298, 313
    - Achillodynie 302
    - Adhäsionen 299
    - Durchführung 299
    - Ellenbogenschmerz 300
    - Entzündungen 300
    - Epikondylopathie 300
    - Fibroblastenaktivität 299
    - Indikationen 298
    - Indikationsstellung 299
    - Kontraindikationen 299
    - Lig. patellae 302
    - Lig. talofibulare anterius 302
    - M. extensor carpi ulnaris 301
    - M. supraspinatus, Sehne 301
    - provokative Palpation 302
    - Schmerzlinderung 299
    - Tendinosen 300
    - Tennisarm 301
    - Wirkungen 299
- R**
- Raumgestaltung 101
  - Recessus suprapatellaris 195
  - Referred Pain 65, 304, 306
  - Regeneration 49
  - Regenerationsmassage 313, 316
  - Regenerationsphase 290, 294
  - Regio abdominalis media 252
  - Regio pubica 252
  - Regio umbilicalis 252
  - Regiones abdominalis laterales 252
  - Regiones inguinales 252
  - Reibungen 107
  - Reifungsphase 290, 372
  - Rektusscheide 252–253
  - Rexed-Laminae 65
  - reziproke Hemmung 121
  - Rhizarthrose 226
  - Rollen, Lagerung 103
  - Rückenlage
    - Lagerungsrolle 105
    - Varianten 105
  - Rückenstrecker, Knetungen 155
  - Rückziehreflex 69
  - Ruffini-Körperchen 37, 74
  - Ruhephase 290, 372
  - Ruhetonus 69
- S**
- Sarkomer 34
  - Sauerstoffsättigung 75
  - Säuglingsmassage 91
  - schlaffe Parese 186, 208
    - Massage 324
  - Schleudertrauma 83, 87
  - Schmerz, projizierter 68
  - Schmerzchronifizierung 74
  - Schmerzedächtnis 68
  - Schmerzgenerator 138
  - Schmerzlinderung 46, 95, 297, 300
    - entzündliche Affektionen 299
    - Querfriktionen 299
    - Tendinosen 299
  - Schmerzprovokation 129
  - Schmerzreduktion 294
  - Schmerzsyndrom, komplex neuropathisch 74
  - Schmerzwahrnehmung 60, 108
  - Schmerzwahrnehmungsgebiet 272
  - Schnäuzgriff 117, 190
  - Schulderschmerzen 307
  - Schüttelungen 107, 109–110, 119, 315
    - Bein 205, 220
  - Schwann-Zellen 60
  - schwedische Massage 24
  - Schwellungen, Extremitäten 129
  - Schwindel, zervikogener 288
  - Seele-Shen 346
  - Sehnen 130
  - Sehnnennaht 294
  - Sehnscheiden 130
  - Sehnscheidenentzündung 234, 299
  - Sehnenverletzungen 294
  - sekretlösende Maßnahmen 251
  - Sensibilität
    - Förderung 327
    - Untersuchung 129
  - Sensibilitätsstörungen
    - Behandlung 294
    - Narben 294
  - serielles Sensibilisierungstraining 334
  - Serotonin 31, 38
  - SeSeTra-Studie 334
  - Setting 126
  - Shiatsu 345, 348
    - Masunaga-Shiatsu 349
    - Namikoshi-Shiatsu 348
  - Skapula, Streichungen 163
  - Skapulalifting 167
  - Skapulapressing 172
  - Skapularegion 162
    - Anatomie 142
  - Slow Stroke (Back) Massage 328
  - Slow Stroke Massage 328
  - SOAP-Schema 137
  - Somatostatin 31
  - Sozialanamnese 126
  - Sozialkompetenz 358
  - Spannungskopfschmerzen 306
  - Spannungssinn 37
  - Spastik 318
  - spastische Parese 186, 208
    - Massage 319
  - spezifischer Effekt, Massage 26
  - Sportmassage 313
    - Erholung 313
  - Spray und Stretch 309
  - Sprungelenk, Inversionstrauma 298
  - Stäbchenmassage 24
  - Stammzellentherapie 26
  - Stemmer-Zeichen 130
  - Steppergang 327
  - Stirnrunzeln 262
  - Stoffwechselsteigerung, Massage 27, 277
  - Strahlentherapie 297
  - Streichungen 107, 109–111
    - allgemeine 186
    - Bauchwand 254
    - beidhändig quer 146
    - Fuß 187
    - Gesicht 264
    - Glutealregion 149
    - Handfläche 226
    - Handrücken 232
    - interkostal 155, 162, 246
    - Kniegelenk 195
    - kraniokaudal 144
    - Lumbalregion 153
    - Narben 293
    - Narbenmassage 295
    - Oberarm, anterior 242
    - Oberarm, posterior 238
    - Oberschenkel 197, 215
    - Rückenmassage 144, 314
    - Skapula 163
    - T-Streichungen 154
    - Thorakal- und Skapularegion 162
    - Unterarm 228
    - Unterarm, posterior 234
    - Unterschenkel 193, 209
    - ventraler Thorax 246
    - Zervikalregion 178
  - Stresshormone 30
  - Stressreaktion 32
  - Stressreduktion 43
  - Stroking 107
  - Struktur fokussierte Massage 81
  - subakut (Def.) 137
  - Subkostalebene 252
  - Suggestivfragen 137
  - Sulcus bicipitalis 221
  - Summation 67
  - Swiss Approach 309
  - Sympathikus 72
  - Sympathikusblockade 74
- T**
- T-Streichungen 154
  - T-Zellen 32
  - Tanden 350

Tao-Shiatsu 349  
 Taoismus 345  
 Tapotage 25  
 Tapotement 25, 107, 118, 251  
 tapping 107  
 tarsotransversale Mobilisation 191  
 Tätowierungen 290  
 Taut Band 307  
 TCM, *siehe* Siehe traditionelle chinesische Medizin  
 Technikauswahl 273  
 tender points 63  
 Tendinitis 298  
 Tendinosen, Querfraktionen 300  
 Tendinosis 298  
 Tendopathie, Lig. patellae 302  
 Tendosynovitis 298  
 Tennisarm, Querfraktionen 301  
 TEP, Lagerung 103  
 Therapeuten, Anforderungen 101  
 Therapieliege 101, 103, 144  
 Thermotherapie 297  
 Thorakalregion 162  
 – Anatomie 142  
 Thoraxhöhle 245  
 Thoraxoperation 106  
 Thrombophlebitis 129  
 tiefenwirksame Techniken 110  
 Tischaufsatz 105  
 Titin 34  
 Tonus 128, 133  
 Tonusänderungen 47  
 Tractus iliotibialis 135, 184, 199  
 traditionelle chinesische Medizin (TCM) 21, 345  
 Trainingsmassage 316  
 Transepidermal Water Loss (TEWL) 292

Transkutane elektrische Nervenstimulation (TENS) 296  
 transverse friction 298  
 trigger points 63  
 Triggerpunkt 134  
 – M. infraspinatus 304  
 – myofaszialer 303  
 Triggerpunkt (TrP) 303  
 Triggerpunkt-Komplex 308  
 Triggerpunkt-Therapie, M. subscapularis 312  
 Trompetermuskel 262  
 Tuber ischiadicum 207, 216  
 Tuberculum ossis scapuloidei 221  
 Tuina-Massage 22, 345  
 Turgor 128, 131

## U

Ulcus cruris 296  
 Ultraschall, Narben 297  
 Unterarm  
 – Fingerfraktionen 231  
 – Funktionsmassagen 230  
 – Handballenfraktionen 230  
 – Knetungen 230  
 – Streichungen 228  
 Unterricht 359  
 Unterschenkel 184, 206  
 – Fingerfraktionen 195, 214  
 – Handballenfraktionen 214  
 – Knetung 210  
 – Streichungen 193, 209  
 – Walkungen 211

Untersuchung  
 – Dauer 123  
 – Dokumentation 125  
 – Durchführung 125  
 – Hautkonsistenz 128  
 – Hautoberfläche 128  
 – Schmerzprovokation 129  
 – Sensibilität 129  
 – System 123  
 – Ziel 123

## V

V. brachialis 222  
 V. saphena magna 185  
 VAS 335  
 Vasopressin 30  
 Vater-Pacini-Körperchen 37, 74, 110  
 vegetative Wirkung 47  
 venöser Rückstrom, Massage 28  
 ventraler Thorax  
 – Funktionsmassagen 247  
 – Streichungen 246  
 Verbrennungsnarben 291  
 Verbrühungen 291  
 Verschieblichkeitstest 131  
 Vibrationen 25, 107, 109–110, 118  
 – ventraler Thorax 251  
 Vibrationstherapie, Maximalkraftbelastung 315  
 Vimala-Massage 92  
 visuelle Analogskala (VAS) 335  
 Vogler, Kolonbehandlung 105  
 Vorbereitungsmassage 314  
 Vorfuß, Mobilisation 191  
 Vorwettkampfmassage 314

## W

Walkungen 107, 109, 114  
 – Gesäßmuskulatur 150  
 – Oberschenkel 202, 217  
 – Unterschenkel 211  
 Walzertechnik 146, 198, 209, 215  
 Wernicke-Mann 318  
 Widerstand 107  
 Wind-up 66, 68  
 Wirbelsäulenkrümmung 144  
 Wundheilung 290  
 Wundheilungsstörungen 290, 292  
 Wundinfektion 291

## X

Xue 346

## Y

Yin und Yang 21, 346

## Z

Zellmembran 34  
 zelluläre Immunantwort 32  
 Zen-Shiatsu 349  
 zentrale Sensibilisierung 67, 108  
 Zervikalregion  
 – Anatomie 143  
 – Streichungen 178  
 zervikogener Schwindel 288  
 Zwischenwettkampfmassage 315  
 Zytokine 32  
 Zytoskelett 34