

Stichwortverzeichnis

A

Achillessehnen Schmerz 110
 Afterschmerz 90
 Analfissur 90
 Augenbrennen 34
 Augenschmerzen 34
 Augenübungen 36

B

Blasenbeschwerden 96
 Brustbeinschmerz 92
 Brustwirbelsäulenschmerz 80

C

Cluster-Kopfschmerz 26
 Cremes 12

D

Dammerschmerz 90
 Dermaroller 10, 13
 Dreieckgrube 21
 Dr. Tae-Woo Yoo 18

E

Ellbogengelenkschmerzen 68
 Endorphinphase 12

F

Fersenschmerz 112
 Fingerbeere 9, 14
 Fingerkuppe 9, 14
 Fingermassagering 16
 Fingerroller 16
 Fingerschmerz 78
 Fußaußenrand, Schmerzen 122
 Fußrückenbeschwerden 118
 Fußsohlenschmerz 114
 Fußwurzelschmerz 116

G

Geckoball-Methode 13
 Genitalbeschwerden 96
 Gesäßschmerz 84
 Glasstab 19
 Golferarm 68
 Gua-Sha-Schaber 10, 13

H

Hallux-valgus-Schmerzen 120
 Halsschmerzen 50
 Hämorrhoiden 90
 Handgelenkschmerz 72
 Handinnenflächenschmerz 76
 Handwurzelschmerz 74
 Hinterkopfschmerz 30
 Hörminderung 40
 Hüftgelenkschmerz 100

I

Iliosakralgelenke, Schmerzen 88
 Ischiasreizung 86

K

Kiefergelenksbeschwerden 42
 Kniebeschwerden 104
 Kreuzbein, Schmerzen 88

L

Leistenschmerz 98
 Lendenwirbelsäulenschmerz 82

M

Massage
 – Hand 9, 14
 – Ohr 9, 19
 – Schmerzort 10
 Massagedauer 12
 Massagedruck 12
 Massageorte, Hand 18
 Massageorte, Ohr 20
 Massagerichtung 11, 14
 Mittelfußbeschwerden 118
 Mittelhandschmerz 76
 Mundbeschwerden 48

N

Nackenschmerzen 52
 Nasenprobleme 38

O

Oberarmschmerz 66
 Oberbauchbeschwerden 94
 Oberschenkelschmerz 102
 Ohrgeräusche 40

Ohrscherzen 40
 Oxytocin-Phase 10, 92, 108

P

Paul Nogier 20

R

Rachenschmerzen 50
 Rippenbogenschmerz 92
 Rippenschmerz 92

S

Salben 12
 Scheitelbeinschmerz 26
 Scheitelkopfschmerz 24
 Schläfenkopfschmerz 28
 Schlüsselbeinschmerz 60
 Schulterblätter, Schmerzen zwischen 64
 Schulterblattschmerz 62
 Schulterreckgelenkschmerz 58
 Schultergelenkschmerz 56
 Schulterneckenschmerz 54
 Spannungskopfschmerzen 24
 Sprunggelenkschmerz 108
 Steißbein, Schmerzen 88
 Stirnkopfschmerz 32

T

Tennisarm 68

U

Unterarmschmerz 70
 Unterbauchschmerzen 96
 Unterschenkelbeschwerden 106

W

Wadenschmerz 106
 Würgereiz 46

Z

Zahnfleischschmerz 44, 46
 Zahnschmerz, Oberkiefer 44
 Zahnschmerz,
 Unterkieferbereich 46
 Zehenschmerz 124