

# Lawrence H. Jones

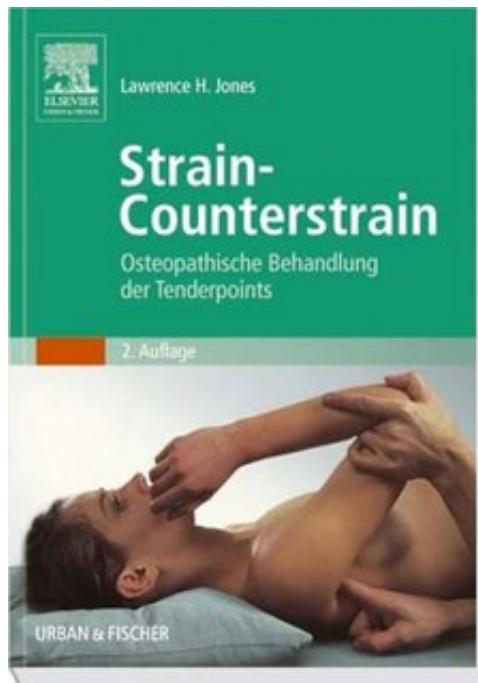
## Strain-Counterstrain

Extrait du livre

Strain-Counterstrain

de Lawrence H. Jones

Éditeur : Elsevier Urban&Fischer Verlag



<http://www.editions-narayana.fr/b18128>

Sur notre [librairie en ligne](#) vous trouverez un grand choix de livres d'homéopathie en français, anglais et allemand.

Reproduction des extraits strictement interdite.

Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Allemagne

Tel. +33 9 7044 6488

Email [info@editions-narayana.fr](mailto:info@editions-narayana.fr)

<http://www.editions-narayana.fr>



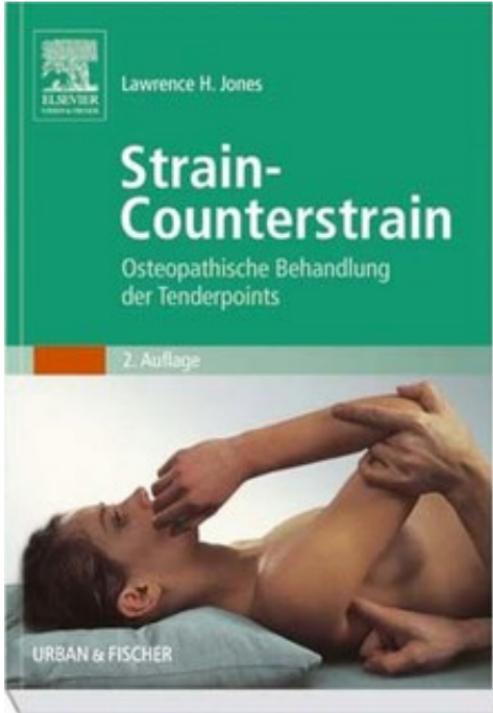
# Inhalt

|   |           |
|---|-----------|
| <b>Entdeckung des Counterstrain.....</b>  | <b>1</b>  |
| 1.1    Geschichte der Entdeckung .....  | 1         |
| Position der Schmerzfreiheit .....  | 1         |
| Tenderpoints .....  |           |
| Schmerz durch Überbelastung oder durch Schädigung des Gewebes? ...                          |           |
| Definition Counterstrain .....  | 3         |
| 1.2    Behandlungskonzept.....  | 6         |
| Läsion oder Dysfunktion .....   | 6         |
| 1.3    Annahmen und Schlussfolgerungen .....  | 7         |
| Die Arbeit von Irvin M. Korr, Ph. D .....   | 7         |
| Schlussfolgerungen, meine Annahmen .....  | 8         |
| <b>Physiologie .....</b>  | <b>9</b>  |
| 2.1    Physiologie der Manipulation .....   | 9         |
| Die anatomischen Strukturen .....   | 9         |
| Innervation der Gelenkkapsel .....  | 10        |
| Physiologie der Muskeln und neurologische Verbindungen .....                                | 12        |
| Funktion der Muskelspindel, alpha-gamma Koaktivierung .....                                 | 14        |
| 2.2    Funktion des Muskels .....   | 18        |
| Somatischer Modus und Aktivität der Propriozeptoren .....                                   | 18        |
| <b>Praktische Anwendung von Counterstrain .....</b>   | <b>21</b> |
| 3.1    Position der maximalen Schmerzfreiheit.....  | 21        |
| Tenderpoints .....  | 22        |
| 3.2    Strain und Counterstrain als wirksame Behandlungsmethode der manuellen Medizin ..... | 24        |
| Anwendungsgebiete .....   | 24        |
| Kombination mit anderen Verfahren.....  | 25        |
| Diagnostik .....  | 26        |
| 3.3    Behandlungsreihenfolge.....  | 26        |
| Grundprinzipien.....  | 27        |
| 3.4    Zu behandelnde Beschwerden .....   | 28        |
| Beschwerden, die auf Dysfunktionen hinweisen .....  | 28        |
| 3.5    Behandlung mit Counterstrain .....   | 30        |
| Reaktionen auf die Behandlung .....   | 30        |
| Selbstbehandlung .....  | 30        |
| Prophylaktisches Dehnen.....  | 31        |
| Feineinstellung der Position größter Beweglichkeit.....                                     | 31        |

## **VI** **Inhalt**

|  |           |
|--|-----------|
| Sich überlagernde Dysfunktionen .....  | 32        |
| Linderung oder Heilung.....  | 33        |
| Wiederherstellung von Kraft .....  | 34        |
| <b>Techniken .....</b>   | <b>35</b> |
| Abkürzungen.....   | 35        |
| 4.1 Halswirbelsäule.....   | 37        |
| Allgemeines.....   | 38        |
| Posteriore Tenderpoints der HWS .....  | 39        |
| Tenderpoints auf der posterioren lateralen Seite der HWS.....                            | 43        |
| Anteriore Tenderpoints der HWS.....  | 43        |
| Lateraler Tenderpoint C1 .....   | 46        |
| Tenderpoints auf der anterioren lateralen Seite der HWS .....                            | 47        |
| Chronischer Husten ohne Auswurf (gelegentlich auch mit Auswurf) . . . . .                | 48        |
| 4.2 Brustwirbelsäule .....   | 49        |
| Auffinden der Tenderpoints .....   | 50        |
| Tenderpoints auf den Dornfortsätzen der BWS .....  | 51        |
| Posteriore Tenderpoints der BWS mit deutlicher Seitabweichung<br>der Dornfortsätze ..... | 54        |
| Laterale posteriore Tenderpoints der BWS.....  | 55        |
| Anteriore Tenderpoints des Thorax.....   | 56        |
| Anteriore laterale Tenderpoints Th5, Th6, Th7 und Th8 .....                              | 63        |
| 4.3 Kosto-vertebrale Gelenke .....   | 65        |
| Dysfunktionen .....  | 66        |
| Rippenhochstand .....  | 68        |
| Rippentiefstand .....  | 70        |
| 4.4 Gelenke der Lendenwirbelsäule .....  | 73        |
| Posteriore Tenderpoints der LWS.....   | 74        |
| Anteriore Tenderpoints der LWS .....   | 77        |
| 4.5 Becken .....   | 81        |
| Dysfunktionen .....  | 82        |
| Dysfunktionen der Iliosakralgelenke .....  | 84        |
| Die Arbeit von Maurice Anthony Ramirez, DO, PH. D.....                                   | 90        |
| Dysfunktionen der Hüftmuskulatur .....   | 92        |
| 4.6 Knie .....   | 101       |
| Dysfunktionen .....  | 102       |
| Kreuzbänder .....  | 104       |
| Anteriores Kreuzband .....   | 105       |
| Meniskus und die ischio-krurale Muskulatur .....   | 106       |
| Knie in Rotation .....   | 109       |
| Kniestrecker .....   | 110       |
| Patella.....   | 112       |
| Schmerz im distalen Tibia-und Fibulabereich .....  | 112       |
| 4.7 Fußgelenke .....   | 113       |
| Dysfunktionen .....  | 114       |
| Sprunggelenk .....   | 116       |
| Talus .....  | 117       |
| Knöchel.....   | 118       |

|   |     |
|---|-----|
| Plantares Os naviculare .....   | 120 |
| Dorsales Os naviculare .....  | 121 |
| Plantares Os cuboideum .....  | 122 |
| Os cuboideum in Extension .....   | 123 |
| Kalkaneus .....   | 124 |
| 5. Metatarsalknochen in Extension .....   | 126 |
| Metatarsalknochen in Flexion .....  | 127 |
| Hammerzehen .....   | 128 |
| 1. Metatarsalknochen .....  | 130 |
| Beginnender Hallux rigidus .....  | 131 |
| 4.8 Schulter, Arm und Hand .....  | 133 |
| Dysfunktionen .....   | 134 |
| Anteriores Akromioklavikulargelenk .....  | 135 |
| Posteriore Akromioklavikulargelenk .....  | 135 |
| M.infraspinatus .....   | 136 |
| M.teres minor .....   | 137 |
| M. supraspinatus .....  | 138 |
| M.teres major .....   | 139 |
| Medialer Anteil des Processus coracoideus .....   | 140 |
| M. subscapularis und M. latissimus dorsi .....  | 141 |
| Muskelköpfe des M. biceps brachii .....   | 142 |
| Bursa subdeltoidea (Schleimbeutel unterhalb des M. deltoideus) .....                                | 143 |
| Rippenhochstand der 2. Rippe und Tenderpoint am lateralen Anteil<br>des Processus coracoideus ..... | 144 |
| Frozen Shoulder .....   | 145 |
| Ellenbogen .....  | 146 |
| Handgelenk .....  | 149 |
| Fingergelenke und Daumen .....  | 151 |
| 4.9 Kraniofasziale Dysfunktionen .....  | 155 |
| Os occipitale .....   | 158 |
| Os sphenoidale .....  | 164 |
| Posteriorer auricularer Tenderpoint und Tenderpoint<br>der Sutura squamosa .....                    | 165 |
| Sutura coronalis .....  | 166 |
| Frontaler Teil der Sutura coronalis .....   | 166 |
| Lateraler Kanthus (Augenwinkel) .....   | 167 |
| Os zygomaticum .....  | 167 |
| N. ophthalmicus oder N. supraorbitalis .....  | 168 |
| Os nasale .....   | 168 |
| Infraorbitaler Tenderpoint .....  | 169 |
| Beidseitige Kompression .....   | 170 |
| Os lacrimale .....  | 170 |
| Kiefergelenk .....  | 171 |



Lawrence H. Jones

## Strain-Counterstrain

Osteopathische Behandlung  
der Tenderpoints

178 pages, broché  
publication 2005



**acheter maintenant**

Plus de livres sur homéopathie, les médecines naturelles et un style de vie plus sain  
[www.editions-narayana.fr](http://www.editions-narayana.fr)