

# Richter / Hebgen

## Triggerpunkte und Muskelfunktionsketten

Extrait du livre

[Triggerpunkte und Muskelfunktionsketten](#)

de [Richter / Hebgen](#)

Éditeur : MVS Medizinverlage Stuttgart



<http://www.editions-narayana.fr/b18895>

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>



# Sachverzeichnis

## A

Abdecktest 108  
Achse, linke diagonale 39  
Adduktoren 12, 25  
Adhäsionen 96  
Adnexe 204, 206, 208, 212, 215, 218f., 221  
Adrenalin 29  
Afferenzen 4f., 34, 99, 130, 140  
Agonisten 5, 11, 34f.  
Aktivität, piezoelektrische 27  
Ala major 50ff., 148  
Antagonisten 5, 66ff.  
– Hemmung 35, 79, 122f.  
Anteflexion 79  
Anteversion 69, 85, 92, 96  
Apex 63, 90  
Aponeurosen 27, 110  
Arachnoidalzotten 47  
A. subclavia 88  
Asterion 46  
Atemhilfsmuskulatur 74, 89, 91, 101  
– Interkostalmuskulatur 89  
– M. iliopsoas 89  
– M. pectoralis major 89  
– M. pectoralis minor 89  
– M. quadratus lumborum 89  
– M. serratus anterior 89  
– M. sternocleidomastoideus 89  
– M. trapezius 89  
– Mm. rhomboidei 89  
– Rückenstrecker, lang 89  
Atemmuskulatur 13, 100  
Atlas 9, 48ff., 53, 55f., 97  
– Massa lateralis 56, 72  
Atlasfacetten 55, 59  
Atmen 92  
Augen 53, 66, 75, 96, 100  
Untersuchung 107  
Ausatmung 91  
– Bauchmuskeln 91  
– Mm. intercostales interni 91  
– M. transversus thoracis 91  
Axonverästelungen 131  
Azetylcholin 29

## B

Bandscheiben 27, 91, 121  
Bandscheibenvorfälle, zervikale 164  
Barriere 121ff.  
– fasziale 122  
– muskuläre 121  
Bauchhöhle 58  
Bauchmuskeln 68, 74, 78, 81, 90, 92f.  
– schräge 69

Beckenbodenmuskulatur 12, 20, 73f.  
Beckendysfunktionen 62  
Beckengürtel 105  
Beckenkipfung 39  
Beckenverwringung 56  
Beinlängendifferenzen 8, 95f., 111ff.  
– funktionelle 111  
– strukturelle 111  
Bewegungsapparat 2ff., 96  
Bewegungseinheiten, funktionelle 79  
Bewegungsmuster 5f., 8, 10, 38, 66  
– Adaptationsmechanismen 2  
– Amplitude 6  
– Extension – Innenrotation – Adduktion 8  
– Flexion – Außenrotation – Abduktion 8  
– Richtung 10f.  
– Rhythmus 6, 49  
Bindegewebe 2, 8f., 27f., 77, 126f.  
– Interzellulärsubstanz 27  
– – Fasern 27  
– – – elastische 27  
– – – kollagene 27  
– – – nicht kollagene 27  
– – – retikuläre 27  
– – Grundsubstanz 27  
– – – Glykosaminoglykane 27  
– – – Proteoglykane 27  
– – Wasser 28  
– myofasziale 2  
– – Leitungsbahn 2  
– – Struktur, schützende 2  
– – Stützgewebe 2  
– Zellen 27  
– – Chondroblasten 27  
– – Chondrozyten 27  
– – Fettzellen 27  
– – Fibroblasten 27  
– – Fibrozyten 27  
– – Granulozyten 27  
– – Histiozyten 27  
– – Lymphozyten 27  
– – Makrophagen 27  
– – Mastzellen 27  
– – Monozyten 27  
– – Osteoblasten 27  
– – Osteozyten 27  
– – Retikulumzellen 27  
Biomechanik 3, 7, 25, 36, 46, 58  
– Gesetze, mechanische 7, 58  
– Muster 7  
Blattfeder, anteroposteriore 38  
Blutleiter, venöse 47  
Bögen 62f.  
– lumbal 62  
– sakral 62  
– thorakal 62  
– zervikal 62

Bogengelenke 37, 60, 97  
Bradykinin 32, 130  
breath of life 9, 45  
Brustkorb 58, 89

## C

Canalis hypoglossi 56  
Chapman-Reflexe 74  
Clivus 56  
common compensatory pattern 71  
Corelink 56  
Corpus callosum 47  
Corpus ossis sphenoidale 49, 51ff.  
Covertest 108  
Creep-Phänomen 29  
Crista galli 46ff., 55

## D

Daumenabduktoren 12  
deep friction 138  
Dehnübungen 138  
Dehnung  
– Außenrotatoren Schulter 163  
– autochthone Rückenmuskulatur 199  
– Bauchmuskulatur 202  
– Glutealmuskeln 206  
– Halsmuskeln 157  
– Hüftmuskeln 206  
– Ischiokruralmuskeln 224  
– kurze Hüftadduktoren 221  
– lange Hüftadduktoren 221  
– M. biceps brachii 170  
– M. piriformis 212  
– M. quadriceps femoris 218  
– Nackenmuskeln 157  
– Pektoralismuskulatur 192  
– Rumpfseite 165, 204  
– Unterarmextensoren 179  
– Unterarmflexoren 183  
– Wadenmuskeln 233  
Dens axis 25  
Diaphragma 17, 26, 31, 72ff., 85ff.  
– Centrum tendineum 89f.  
– Innervation 89  
– Pars muscularum 89  
– zervikothorakales 72  
Diffusion 28f.  
Doppelbögen 62  
– Bogen 62  
– – oberer posteriorer 63  
– – unterer anteriorer 63  
Drehpunkte (Pivots) 42, 62f.  
– anatomische 63  
– funktionelle 63  
– physiologische 63

Drehpunktwirbel 65, 77

Druckgradient 8, 74, 101

Duodenum 33, 140, 196, 202

Dura mater cranialis 6, 46

– Blatt 46

– – parietales 46

– – viszerales 46

– Falx cerebelli 46

– Falx cerebri 46

– Tentorium cerebelli 46

Dura mater spinalis 6, 46f., 49, 52ff., 102

– Blatt 47

– – parietales 47

– – viszerales 47

Duralschlauch 49, 53, 56

Duralsystem 6, 47

Dysbalance 1, 4, 12, 71, 96

– Faktoren, emotionale 12

– fasziale 71

– Lebensweise 12

– Morphologie 12

– muskuläre 1, 8, 66, 101, 120

– posturale 4

– Zustand, psychischer 12

Dysfunktion 1ff., 25, 31, 36, 49, 54, 57, 101

– intraossäre 54

– somatische 30, 34, 99

**E**

Easy-flexion 37

Efferenzen 5

Einatemmuskeln, primäre 89

– Diaphragma 89

– Mm. scaleni 89

Einbeinstand 110

Einheiten, die drei 65

Einlagen, dynamische 96

Elastin 28

Ellbogen 81

Endokrinium 4, 35, 63

Energie 2, 30, 38, 78

– chemische 38

– kinetische 38, 78

– potenzielle 78

Entgleisung, metabolische 131

Entspannung, postisometrische 35

Entzündung 31

Erythropoese 35

Ethmoid 45, 49

Extension 49, 79

– Kette 57, 84

– – Extremitäten 84f.

– – – untere 84

– – – obere 85

– – Kranium 84

– – Wirbelsäule 84

Extensoren 8, 67f.

Extremität, obere

– Extensoren 68

– Flexoren 68

exzentrisch 90, 122

**F**

Facetten 37, 55

Faktoren, Triggerpunkt aufrechterhaltende 129, 137, 139

Falx cerebri und cerebelli 20, 46

Fascia

– plantaris 15, 20

– thoracalis 84

– thoracolumbalis 20, 26, 81

fast twitch fibres 67

Faszie 6, 25, 29

– Eigenschaft, reziproke 6

– Faszienstruktur 6

– Funktion 25, 30

– Kontinuität 6

– Mesoderm 6

– Packaging 30

– Passageway 30

– Posture 30

– Protection 30

– Topographie 6, 25

Fazilitation 8, 10, 31, 35

– propriozeptive neuromuskuläre 10

– segmentale 8, 116

Feedback, negatives 5, 31

Fehlfunktionen 2, 5, 8, 30

Fehlhaltungen 2, 4, 70

Fibroblasten 27, 29, 31

Fibrosen 30, 95, 120

Fibula und Membrana interossea 20

Finger 80

– Beuger 12

– Extensoren 13

Flexion 49

Flexionskette 57, 80

– Extremitäten 81

– – obere 81

– – untere 81

– Kranium 80

– Wirbelsäule 80

Flexor carpi radialis 14

Flexoren 9, 85

Fluchtreflex 36

Fokus, neurologischer 34

Foramen

– magnum 6, 46ff., 54ff.

– jugulare 72

Fossa glenoidalis 81

Frikitionsmassage, tiefe (deep friction) 138

Fryette'sche Gesetze 36f.

Fulcrum 3

– Sutherland 47

Fuß 81, 85

– Gewölbe 81

– Sohle 16, 100

– – Muskeln 85

– Untersuchung 110

– Wölbung 21, 85, 95, 103

**G**

Gähnen 92

Galea aponeurotica 16, 151

Gallenblase 30, 33, 143f., 155, 159, 192, 202

Gang

– Analyse 39

– Muskelaktivität 39

– Zyklus 39

Ganglion nodosum 72

Ganglion stellatum 73

Gas austausch 88, 94

Geburtskanal 54f.

Gelenkbarriere 122

Gelenke 5ff.

– Ankylose 7

– Arthrose 7

– Gangbild 7

Gesäßmuskulatur 81

Gesetz der

– Ökonomie 39, 43f.

– Schmerzfreiheit 44

– Globalität 44

Gesichtsknochen 79

Gesichtsschädel 53f.

Gleichgewicht

– Regulation 99

– Relevanz 99

Gleichgewichtsorgane 53f., 66, 100

Gleichgewichtsregulation 102

Gleichgewichtssystem 99

– afferenter Schenkel 99

– efferenter Schenkel 99

– Regulationszentrum 99

Glykogenkörnchen 29

Gnathion 51

Golgi

– Körperchen 30

– Sehnenrezeptoren 30, 100

Gonarthrose 112

Großhirnhemisphären 46

Gruppe-3-Fasern 130

Gruppe-4-Fasern 130

**H**

Hallux valgus 24

Halswirbelsäule 102

Haltung, skoliose 77, 86, 95

Haltungsanalyse 104

Haltungsmuster 2, 66

– oberes gekreuztes 69

– unteres gekreuztes 69

Hammerzehen 85

Hamstrings 118

Handgelenk 80f., 85

Harnblase 33,

199, 202

Herz 33, 100, 156, 160

Herz-Kreislauf-System 4

Hinterfuß 95, 112

– Pronationsstellung 95, 112

– Valgus 95, 112

Hipdrop-Test 42, 110

Hirnkammern 47  
Hirnstamm 54  
Histamin 29, 32, 130  
Hochatmung 88  
Hoden 33, 202, 219  
Homöostase 8  
– Bindegewebe 8  
– Extrazellularflüssigkeit 8  
– Selbstheilungs Kräfte 8  
Hüfte 81  
– Adduktoren 16  
– – kurze 69  
– Arthrose 121  
– Flexion 21  
Hüftgelenke 61, 92  
Hüftkopf, Kongruenz 92f.  
Hüftrotatoren 92  
Hyaluronsäureketten 28  
Hypertonien 70, 123

**I**

Ileum 196, 199, 202, 204  
Iliolumbalbänder 63, 74, 112  
Iliosakralbänder 97, 112  
Iliosakralgelenk 102  
Immunglobulin 29  
Incisura ischiadica major 92  
Induktion, sukzessive 35  
Inflare 24f., 91  
Inhibition, manuelle 137  
Inion 6, 56  
Innervation, reziproke 10, 35  
Inspektion 105  
– Becken 110  
– im Stand 104  
Interkostalmuskeln 16, 74, 77, 89, 92  
Interstitium 3, 6, 28, 30  
Introversion 20  
Inversion 85  
Ionenbrücken (gap junctions) 29  
Ischämie 31  
Ischiassyndrom 112  
isolytisch 122  
isometrisch 122, 135  
isotonisch konzentrisch 122

**J**

Jejunum 196, 199, 202, 204

**K**

Kalkaneus 81, 85, 97  
Kapseln 27, 123  
Kauapparat 101  
– Untersuchung 109  
Kaumuskulatur 17, 67, 101  
Kavitätendruck 100  
– Untersuchung 109  
Ketten, myofasziale 10ff., 31, 77ff.  
– diagonale anteriore („Schließkette“) 22, 24

– diagonale posteriore („Öffnungskette“) 22, 25  
– Extensionskette 19, 79, 84  
– Flexionskette 19, 79f.  
– gerade posteriore 25  
– statische posteriore 19  
Klauenzehen 85  
Kleinhirn 99  
Knie 41, 60, 85  
– Valgus 24, 39, 41  
Kniestabilisatoren 41  
Knochenmarkzellen 27  
Knorpel 7, 27ff.  
Kolon 196, 199, 202, 204, 206  
Kompartimentmuskulatur 16  
– anteriore 16  
– dorsale 16  
Kompression, ischämische 125, 137  
Kompressionsdysfunktion 54  
Konstitutionen, psychische 12  
– fundamentale 12  
– komplementäre 12  
Konvergenzfazilitation 130  
Konvergenzprojektion 130  
Konvergenztest 107  
Konzentrationsgefälle 8, 28  
Kopfgelenke, kurze Extensoren 67  
Körperlinie, anteriore 59f.  
Kortex 2, 99  
Kraft 5  
– implodierende 5  
– zentrifugale 5  
Kräftepolygon 61f.  
Kraftlinie, zentrale 59  
Kranialnerven 7, 54  
Kranialosteopathie 3, 9  
– Balancepunkt 3  
– Stacking 3  
Kreuzbein 39, 49, 81  
Kreuzbeinbasis 4, 7, 49, 95  
Kreuzbiss 55, 101  
Kypholordosen 7, 95  
Kyphose 11, 20, 43

**L**

Lähmungen, spastische 66  
Läsionen, intraossäre 54  
– Okziput 54f.  
– Os temporale 54  
– positionale 65  
– Sakrum 54  
Lateralstrain 53f.  
Leber 33, 143, 144, 155, 159, 192, 202  
Leistenhernien 60  
Lemniskate 8, 77ff.  
– Kreuzpunkt 78  
Ligamentum  
– infrapatellare 16  
– longitudinale anterius 17  
– nuchae 47, 77, 90  
– sacrotuberale 15f., 20  
– spinale 20  
– transversum atlantis 55

Linea nuchae superior 47, 56  
Linie, anteroposteriore 60  
Linie, posteroanteriore 61  
Lipolyse 35  
Liquor cerebrospinalis (LCS) 2  
– Plexus chorioidei 3, 47  
Liquor, Fluktuation 6, 46  
Listeningtest 105  
Lordose 11, 80, 91, 111  
Lufröhre 33, 72  
lumbosakraler Übergang 102  
Lunge 33, 88, 156, 195  
Lymphzirkulation 31, 71  
Lysosomen 29

**M**

Magen 33, 143, 144, 159, 202  
Makrophagen 27, 31  
Malleolengabel 81, 85, 96, 110  
Mandibula 79, 101, 146  
Matrix 27  
Mechanismus, kraniosakraler 46ff., 57, 85  
– LCS, Fluktuation 46  
– Nervensystem, Motilität 46  
– primärer respiratorischer (PRM) 3, 6, 79  
– Sakrum, Beweglichkeit, unwillkürliche, Darmbein 46  
– Schädelknochen, Beweglichkeit 46  
Medianusneuralgie 88  
Mediastinum mit Perikard 17  
Medulla 54  
Meersmantest 109  
Meningen 47  
– Arachnoidea 47  
– Dura mater 47  
– Pia mater 47  
Mesenchym 27  
Metapher 15  
Mikrofibrillen 28  
Milz 33, 202  
Mitochondrien 29, 67  
Motilität 5, 46, 66  
Modell, kraniosakrales 45ff.  
Motor Patterns 10, 66  
Mundbodenmuskulatur 68  
Mundöffner 92  
Musculus  
– abductor 13  
– – digiti minimi 13, 25, 186, 239  
– – hallucis 25, 237  
– adductor  
– – brevis 219  
– – hallucis 12, 241  
– – longus 219  
– – magnus 86, 220  
– – pollicis 184  
– anconaeus 13, 173  
– biceps  
– – brachialis 21  
– – brachii 13f., 21, 81, 169f.  
– – femoris 13, 16, 24, 86, 222  
– brachialis 12, 21, 81, 171

- brachioradialis 14, 85, 174, 176
- coccygeus 207
- coracobrachialis 13, 21, 85, 168
- deltoideus 12ff., 21f., 68, 85, 166
- diaphragma 74
- digastricus 149
- erector spinae 16, 21, 67, 69, 112, 197
- erector trunci 12
- extensor
  - - carpi radialis brevis 14, 176
  - - carpi radialis longus 14, 175
  - - carpi ulnaris 13, 176
  - - digitorum 177
  - - - brevis 22, 236
  - - - longus 21, 81, 233
  - - hallucis brevis 22, 236
  - - hallucis longus 24, 81, 233
  - - indicis 177
- externus abdominis 189, 199f., 201
- flexor
  - - carpi radialis 14, 180
  - - carpi ulnaris 13, 180, 184
  - - digit minimi brevis 21
  - - digitorum
    - - - brevis 22, 237
    - - - longus 81, 235
    - - - profundus 182
    - - - superficialis 181
  - - hallucis
    - - - brevis 21, 243
    - - - longus 235
    - - - pollicis longus 182
  - - gastrocnemius 12, 230
  - - gastrocnemius lateralis 13, 25
  - - glutaeus 42, 47
  - - maximus 16, 22ff., 41, 81, 86, 208
  - - medius 13f., 24, 209
  - - minimus 210
  - - gracilis 12, 25, 218
  - - iliacus 91, 204
  - - iliocostalis 197
  - - iliopsoas 13, 17, 21, 39ff., 68f., 74, 84, 91, 204
  - - Bandscheiben, lumbale 91
  - - Bauchschmerzen 91
  - - Fascia iliaca 91
  - - Plexus lumbalis 91
  - - Psoasarkade 91
  - - Psoashypertonie 91
  - - Psoassyndrom 91
  - - infraspinatus 12, 161
  - - intercostales (Mm.) 20, 22, 73, 77, 81
  - - externi 24
  - - interni 22
  - - interossei (Mm.) 22, 187
  - - dorsales 187, 240
  - - palmares 14, 187
  - - plantares 14, 21, 241
  - - ischiococcygeus 23
  - - latissimus dorsi 12, 14, 22, 25f., 41f., 77, 81, 85, 164
  - - levator
    - - - ani 23, 207
    - - - scapulae 67, 69, 111, 158
  - - longissimus 198
  - - capitis 81, 101
  - - thoracis 93
  - longus
    - - capitis 80, 101
    - - colli 72f., 77, 84
  - lumbricales (Mm.) 14, 21
  - masseter 145
  - multifidi 81, 93, 155
  - obliqui capitis superior et inferior 84, 101, 156
  - obliquus externus abdominis 24, 86, 189, 199
  - obliquus internus abdominis 24f., 183, 199f.
  - obturatorius externus 21, 92
  - obturatorius internus 21, 92, 206
  - occipitofrontalis 152
  - opponens pollicis 185
  - orbicularis oculi 150
  - palmaris longus 14, 180
  - pectineus 25, 214
  - pectoralis major 12, 16, 20, 22, 24, 69, 81, 85f., 89, 189
  - pectoralis minor 13f., 20ff., 24, 69, 81, 89, 191
  - peronaei (Mm.) 13, 25, 42, 68f., 85f.
    - - brevis 229
    - - longus 16, 229
    - - tertius 230
  - piriformis 24, 84, 92, 211
  - plantaris 13, 22, 232
  - popliteus 21, 224
  - pronator teres 183
  - psoas major 205f.
  - psoas minor 21, 205
  - pterygoideus lateralis 148
  - pyramidalis 201
    - - abdominis 12, 24
    - - quadratus
      - - - femoris 22
      - - - lumborum 16, 21f., 67, 74, 81, 203
      - - - plantae 21, 239
    - - quadriceps 16, 41f., 81
    - - femoris 22, 215ff.
    - - rectus
      - - - abdominis 12, 16, 20f., 68, 93, 199
      - - - capitis anterior 80
      - - - capitis posterior major et minor 84, 156
      - - - femoris 13, 22, 41, 68f., 84, 216
    - - rhomboidei (Mm.) 16, 20, 24, 69, 85, 89, 166
    - - sartorius 23, 84, 214
    - - scaleni (Mm.) 13, 17, 20, 22, 24, 67, 73, 87, 112, 159
    - - scalenus anterior 12, 87, 101
    - - semimembranosus 12, 21, 223
    - - semispinalis
      - - capitis 81, 101, 155
      - - cervicis 155
      - - semitendinosus 12, 25, 223
      - - serratus
        - - anterior 16, 24, 68f., 77, 85, 196
        - - posterior inferior 21f., 195
        - - posterior superior 21, 24, 194
      - - soleus 12, 231
  - sphincter ani externus 207
  - spinalis 198
  - splenius 16
    - - capitis 13, 16, 20, 22, 24, 81, 153
    - - cervicis 81, 153
    - - colli 13, 20, 22, 24
  - sternalis 16, 194
  - sternocleidomastoideus 12, 14, 16, 20, 22, 24, 67, 69, 72, 84, 87, 101, 144
  - subclavius 12, 20, 24, 192
  - suboccipitales (Mm.) 16
  - subscapularis 14, 68, 81, 165
  - supinator 12, 14, 85, 178
  - supraspinatus 13, 160
  - temporalis 147
  - tensor fasciae latae 14, 16, 23, 39, 41, 68f., 81, 213
  - teres
    - - major 14, 20, 22, 24, 81, 163
    - - minor 12, 162
  - tibialis
    - - anterior 14, 16, 24, 41, 68, 81, 85, 86, 226
    - - posterior 14, 24, 42, 81, 85, 227
  - transversus
    - - abdominis 201
    - - thoracis 12, 20f., 24
  - trapezius 12f., 20ff., 24ff., 67ff., 101, 142
  - triceps
    - - brachii 12f., 22, 85, 172
    - - surae 15, 42, 68f., 81, 112
  - vastus 68
    - - externus 13, 81, 86
    - - intermedius 22, 216
    - - lateralis 24f., 41, 216
    - - medialis 13, 25, 86, 216
  - zygomaticus major 151f.

Muskel-Energie-Technik 137  
Muskelfasern 5, 29, 32, 67  
- phasische 67  
- posturale 67  
Muskelfunktionsketten 2ff.  
Muskelinsuffizienzen 11  
Muskelkette
 
  - fundamentale 12f.
  - - anteromediane 12
  - - anteroposteriore 13
  - - posteroanteriore 13
  - - posteromediane 12
  - - komplementäre 12
  - - anterolaterale 14
  - - posterolaterale 13
  - - Stimuli 4f., 10, 12ff.
  - - auditive 10
  - - taktile 10
  - - visuelle 10

Muskelmetabolismus 131  
Muskeln 5
 
  - Agonisten 5, 11, 34f.
  - Antagonisten 5, 11, 34f., 123
  - Atrophien 5
  - Kontrakturen 5
  - Statik 96
  - Synergisten 5, 11, 34f.
  - Verkürzungen 5

Muskeln mit Tendenz zu Abschwächung 68  
 Muskeln mit Tendenz zu Verkürzungen 67  
 Muskelsepten 27  
 Muskelspindel 4, 30, 35  
 Muskelstrang, hypertoner palpierbarer 131ff.  
 Muskulatur  
 – gestreifte 29  
 – glatte 29, 140  
 – ischiokrurale 15, 41, 68f., 85  
 – tiefe paravertebrale 13  
 Myofascial Release 123, 137  
 myofaszial 2ff.  
 Myofibrille 29  
 – Aktinfilamente 29, 131  
 – Myosinfilamente 29, 131

**N**

Nackenmuskeln 102  
 Nervus  
 – accessorius 87, 142, 144  
 – axillaris 162, 166  
 – dorsalis scapulae 159, 166  
 – facialis 149, 152, 153  
 – femoralis 205, 214, 215, 216  
 – fibularis 222  
 – – profundus 226, 230, 233, 236  
 – – superficialis 229  
 – gluteus  
 – – inferior 208  
 – – superior 210, 213  
 – intercostales (Nn.) 194  
 – ischiadicus 92  
 – mandibularis 145, 148, 149  
 – medianus 180, 181, 182, 183, 185  
 – musculocutaneus 168, 169, 171  
 – obturatorius 207, 215, 218, 219, 220  
 – pectoralis medialis 194  
 – peroneaeus profundus 234  
 – phrenicus 74f., 192  
 – plantaris  
 – – lateralis 239, 240, 241  
 – – medialis 237  
 – pterygoideus  
 – – lateral 148  
 – – medialis 149  
 – pudendus 92, 207  
 – radialis 171, 172, 173, 174, 176, 177, 178  
 – subclavius 192  
 – subcostalis 201  
 – suboccipitalis 156  
 – subscapularis 163, 166  
 – suprascapularis 160, 161  
 – thoracicus longus 196  
 – thoracodorsalis 164  
 – tibialis 220, 222, 223, 224, 227, 230, 231, 232, 235, 236, 243  
 – ulnaris 181, 182, 184, 185, 186, 187  
 Nackenmuskeln 56, 73, 87, 102  
 Nackenstrekker, lange 12  
 Nerven, sympathische 131

Nervenendigungen, freie 30  
 Nervenfunktionsstörungen 54  
 Nervensystem 2ff., 29, 34, 46, 140  
 – autonomes 4, 34, 140  
 – enterisches 5  
 – Gleichgewichtsorgane 5, 53f., 96, 100  
 – Kleinhirn 5, 46, 99f.  
 – Linse, neurologische 4  
 – Mobilität 5, 28, 46  
 – Parasympathikus 4, 74  
 – Reflexe, spinale 5, 34  
 – Rückenmark 4f., 34, 102, 130, 140  
 – – Metamerisierung 5  
 – Schaltzentrale 5, 8, 34  
 – Segment, faziliertes 4, 140  
 – Stimuli 4, 10, 130  
 – Sympathikus 4, 34f.  
 – – Sympathikotonus 4, 31, 34f.  
 – vegetatives 4, 29  
 – Verbindungsglied 4  
 Neuroendokrinium 5  
 Neuropeptide 29  
 Neurotransmitter 29  
 Neurovegetativum 5, 63  
 Niere 33, 91, 196, 199, 202, 204, 206  
 Noradrenalin 29  
 Nutation 49, 81, 86

**O**

Oberarm 80f., 85  
 Oberschenkel 80, 85  
 Ödeme 31  
 Okziput 45, 51, 53ff.  
 – Kondylen 55f.  
 – Pars basilaris 49ff.  
 Opisthion 60  
 Organ, propulsierendes 38  
 Organdyfunktionen 8, 18  
 – Prozesse 18  
 – – retraktive 18  
 – – schmerzhafte 18  
 – Störungen, organische 18  
 – – raumfordernde 18  
 Organe, assoziierte 126, 140  
 Organismus, Einheit 6  
 Organsenkung 60, 105  
 Os  
 – coccygis 60, 62, 139  
 – cuboideum 81  
 – ethmoidale 46, 49  
 – frontale 46  
 – hyoideum 92  
 – naviculare 81  
 – occipitale 45ff.  
 – – Foramen magnum 46f., 49, 55f., 62  
 – – Pars basilaris 49, 51ff.  
 – temporale 46f., 54  
 – parietale 46f., 79  
 Osmose 28f.  
 Osteopathie 2ff.  
 Outflare 23  
 Ovar 33, 199, 202, 212

**P**

Pacin-Körperchen 30, 100  
 Pankreas 196, 202  
 Parapyramidenbahn 99  
 Parasympathicus  
 – cranialis 72  
 – sacralis 74  
 Parasympathikuszone 65  
 Paravertebral-muskulatur, tiefe 13, 81  
 Parietalknochen 46  
 Pars  
 – basilaris 49, 52ff., 54f.  
 – clavicularis 14, 85  
 – condylaris 54f.  
 – descendens 13, 20f., 69, 81  
 Peptide 35  
 Perikraniun 55  
 Peronealmuskulatur 41  
 Pes anserinus 39, 41  
 Philogenese 19, 45  
 Pivot 42, 63, 65, 78  
 Plantarrezeptoren, Untersuchung 110  
 Platysma 152  
 Pleura 17  
 Pleurakuppel 72, 88  
 Plexus  
 – brachialis 73  
 – cervicalis 72  
 – choroidei 47  
 – lumbosacralis 74  
 Podologe 2  
 Polaritäten 8  
 Pons 54  
 Postflexion 79  
 Postsphenoid 54  
 Posturologe 2, 38, 56, 97  
 Präphenoid 45, 54  
 primary machinery of life 4, 94  
 Processus clinoidei 6, 46  
 Pronation 24f.  
 Pronatoren 12  
 Propriozeptoren 30, 66, 100  
 Prostaglandine 32, 130  
 Prostata 33, 199, 204, 206, 208, 212, 215, 218, 219, 221  
 Protuberantia occipitalis  
 – externa 47  
 – interna 46  
 Psoas 26  
 Ptose 105  
 Pyramidenbahnen 54, 99

**Q**

Quadrant 51, 53  
 – hinterer 51  
 – vorderer 51  
 Quadrizeps 16

**R**

Recurvatum 104  
 Referred-Pain-Syndrom 32  
 Reflexbahnen, somatoviszerale 35  
 Reflexe 2, 8, 32  
   – neuromuskuloskelettale 8  
   – somatoviszerale 2, 8  
   – subkortikale 2  
   – viszerosomatische 2, 8, 32  
 Reflexzentrum 34  
 Reizschwelle 4, 34  
 Rektum 33, 208, 212  
 Relaxation, postisometrische 10, 122f., 138  
 Respirationsmechanismus, primärer (PRM) 6, 9, 79  
   – Extensionsphase 6  
   – Flexionsphase 6  
 Retinaculum patellae 41, 86  
 Retraktionen 96  
 Rhythmus, kraniosakraler 49, 86  
   – Extension 49, 86  
   – Flexion 49, 86  
 Rotationstest, untere Extremitäten 110  
 Rotationstest der Hüften 109  
 Rückenmark 4, 34  
 Rückenschmerzen 94  
 Rückgratverkümmung 86  
 Rumpftorsion 22, 25, 86

**S**

Sagittalebene 3, 37, 45, 93  
 Sakrum 6ff., 39, 52ff., 62f.  
 Sarkolemm 29  
 Sarkomer 29, 131  
 Sarkoplasma 29  
 Schädelbasisknochen 45  
 Scharnierzone 74, 97  
 Schlackstoffe 28, 31  
 Schleudertrauma 65, 87  
 Schlucken 92  
 Schlüsselläsion 103  
 Schmerz 32, 136  
   – pseudoradikulärer 32  
   – radikulärer 32  
 Schmerzrezeptoren 30  
 Schockabsorber 38  
 Schulterblatt 10, 81, 85  
 Schultergürtel 105  
 Schutzreflex 36  
 Schwellingen 30f.  
 Schwerkraft 96  
   – Adaptationen 96  
 Schwerkraftlinie 97  
 Schwungphase 38f., 41ff.  
 SCM 87  
 Segment, faziliertes 4  
 Sehnen 27ff.  
 Seitneigung-Rotation 45  
 Serotonin 32, 130  
 Sibson-Faszie 72, 88  
 Sigmoid 33, 212

**Sinus**

- caroticus 33
- rectus 47
- venosi 47, 86, 88

Skoliose 7, 11, 18, 86f., 95, 111  
   – kraniale 56  
 slow twitch fibres 67  
 Spannungsmembranen, reziproke 6, 46, 49  
 Speiseröhre 33, 72  
 Sphenoid 45, 47, 49, 80, 84  
 Splanchnicus  
   – major 74  
   – minor 74  
   – pelvis 74  
 Sprungfeder 43f., 78  
 Sprunggelenk 21f., 74, 102  
   – oberes 80f., 85  
   – unteres 39, 42, 73, 80f., 85  
 SSB 3, 43, 45, 49ff., 54ff., 80, 84ff.

**Stabilisatoren 34**

Stabilität 5, 58, 66, 77  
 Standbeinphase 41  
 Standphase 39, 92  
 Statik 94  
   – Muskeln 96  
   – Rezeptoren 96, 99, 107  
   – Untersuchung 103  
   – ZNS 96  
 Stereotypen, motorische 66  
 Sternokostoklavikulargelenk 42  
 Streckreflex, gekreuzter 36, 79  
 Stress 94  
 Struktur 2ff.  
   – myofasziale 2ff., 12, 38, 62, 77, 102f., 120

**Subarachnoidalraum 47**

Subokzipitalmuskulatur 56, 63, 72, 91, 109

**Summation**

- lokale (räumliche) 10, 35
- temporäre (zeitliche) 10, 35

**Supination 23f., 79, 112f.****Supinationstrauma 96****Supraokziput 56****Sutura**

- metopica 46
- occipitomastoidea 72, 87

**Sympathikotonie 34f.****Symphysis**

- mentis 59
- pubis 39, 59f.

**Synchondrosis sphenobasilaris (SSB) 9, 45, 49ff., 52, 54ff., 80, 84ff.****Syndrom, oberes gekreuztes 81****Synergisten 5, 11, 34f., 66f., 80****System**

- hydraulisches 7, 49
- limbisches 5, 32

**T**

Talus 43, 81, 85, 97, 102  
 Temperaturunterschiede 8  
 Tenderpoints 32

**Thenarmuskulatur 14****Thoracic inlet 72, 88**

- funktionelles 72
- klinisches 72

**Thorax 7, 16, 81, 85****Thoraxapertur 71ff., 88, 119****Torsion 16, 18, 22, 25f., 45, 49, 86****Torsionsmuster 9, 43, 71f., 75, 86**

- fasziales 71

**Torsionszentrum 63****Tractus**

- iliobibialis 16, 39, 41, 81
- spinothalamicus 99, 130f.

Traktions-Test, untere Extremitäten 110  
 Translationstest von OAA 109  
 Traumata, perinatale 31, 55  
 Triggerpunkte 9, 30f., 32f., 120f., 125, 128ff., 140, 143ff.  
   – aktive 129  
   – Diagnose 134ff.  
     – Druckpalpation 135  
     – Jump-Zeichen 135  
     – Palpation, flache 134  
     – Zangengriff 135  
     – Zuckungsreaktion, lokale 135  
   – Faktoren, begünstigende 129  
   – latente 129  
   – Schmerz, ausstrahlender 129ff.  
   – Spannungserhöhung, lokale 130  
   – Symptome 129  
   – Therapie 137ff.

**Trophik 35, 56f.****Tuber ischiadicum 85, 208, 220****Tuberculum scalenum 87****Typ, asthenischer 85f.****Typ-I-Fasern (slow twitch fibres) 67, 91****Typ-II-Fasern (fast twitch fibres) 67****U****Übergänge, funktionelle 71**

- thorakolumbal 71
- zervikothorakal 71

**uncommon compensatory pattern 71****Unterarm 79ff., 85, 179ff.****Unterschenkel 80, 226****Untersuchung 103****Uterus 33, 196, 199, 202, 204, 206, 208, 214f., 218f., 221****V****Valgus 24f., 41, 95, 112****Verdauungssystem 4f.****Vertex 51****Verticalstrain 49, 53****Vestibularorgan 100****Viskosität 28**

**W**

- Wachstumsfugen 54f.  
 Wirbelsäule 7, 58, 71, 80, 84, 94, 95, 111  
   – Kreuzbeinbasis, Schrägstellung 7, 111  
   – Kypholordosen 7, 95  
   – lumbosakral 71  
   – OAA 6, 71, 72, 75, 80, 84  
   – Skoliosen 7, 56, 84, 95, 139

**Z**

- Zahnradprinzip 9, 80  
 Zehen 41  
   – Dorsalextensoren 85  
   – Extensoren 13  
   – Flexoren 12, 42  
 Zellstoffwechsel 58, 88  
 Zentralehne 25f., 77, 80  
 Zerebralparesen 54

**Zink-Pattern** 9, 71ff.

- Zirkulation 7, 27  
   – arterielle 7  
   – Nervenimpuls 7  
   – venolymphatische 7, 72f., 100  
 ZNS, Statik 96  
 Zungenbeinmuskulatur 12, 17, 92, 102  
 Zwerchfell 17, 26, 31, 72ff., 85ff.



Richter / Hebgen

Triggerpunkte und  
Muskelfunktionsketten  
in der Osteopathie und manuellen  
Therapie

272 pages, relié  
publication 2015



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)