

# Ernst Pohlmann

## Atlasterapie und Behandlung der Körperfehlstatik

Reading excerpt

[Atlasterapie und Behandlung der Körperfehlstatik](#)

of [Ernst Pohlmann](#)

Publisher: Spitta Verlag



<http://www.narayana-verlag.com/b18332>

In the [Narayana webshop](#) you can find all english books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life.

Copying excerpts is not permitted.  
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Germany  
Tel. +49 7626 9749 700  
Email [info@narayana-verlag.com](mailto:info@narayana-verlag.com)  
<http://www.narayana-verlag.com>



# Inhalt

<b>Vorgehensweise im Buch</b> .....	11	1.11	Körpererebenen .....	28
<b>Vorwort</b> .....	12	1.12	Der Nervus vagus .....	29
<b>Geleitwort</b> .....	13	1.13	Der Nervus accessorius .....	29
<b>Danksagung</b> .....	14	1.14	Der Nervus glossopharyngeus .....	30
<b>1 Einführung</b> .....	15	1.15	Statische Untersuchung des muskuloskelettalen Systems .....	30
1.1 Die Atlasfehlstellung als Ursache vieler Beschwerden .....	15	<b>2 Die verschiedenen Formen einer Atlasfehlstellung</b> .....		33
1.2 Mögliche Ursachen für eine Atlasfehlstellung .....	16	2.1 Form 1: Transversale Verschiebung .....		33
1.3 Nachweis der Atlasfehlstellung durch bildgebende Verfahren .....	21	2.2 Form 2: Rotation in der Transversalebene .....		34
1.4 Mögliche Folgen einer Atlasfehlstellung .....	22	2.3 Form 3: Fehlstellung nach ventral .....		35
1.5 Die Stellung der Kopfgelenke .....	23	2.4 Form 4: Fehlstellung nach dorsal .....		36
1.6 Der Atlas als zentraler Punkt der Wirbelsäule .....	24	<b>3 Auswirkungen der Atlasfehlstellung auf den Rest der Wirbelsäule</b> .....		37
1.7 Reaktionen nach einer Atlas- bzw. Körperkorrektur .....	24	3.1 Migräne und Kopfschmerzen .....		37
1.8 Warum der Name Atlas? .....	25	3.2 Bandscheibenvorfall und Beckenschiefstand .....		38
1.9 Warum ist die Korrektur der Atlasfehlstellung so entscheidend? .....	25	3.3 Der Bandscheibenvorfall .....		39
1.10 Auswirkungen des fehlstehenden Atlas auf das Herz-Kreislauf-System und das vegetative System .....	27	3.4 Erklärung Blockade .....		42
		3.5 Cross-links .....		43

<b>4</b>	<b>Die Atlasfehlstellung, der Beckenschiefstand und die Folgen</b> .....	45	7.2	Test für einen Bandscheibenvorfall der Halswirbelsäule (Spurling-Test) .....	76
4.1	Selbsterkennungszeichen .....	46	7.3	Mehrsegmentale Testung der Halswirbelsäule .....	77
4.2	Bildgebende Verfahren für das Becken .....	47	7.4	Sicherheitstests .....	82
4.3	Differenzierung einer anatomischen von einer funktionellen Beinlängendifferenz .....	48	<b>8</b>	<b>Atlasterapie</b> .....	87
4.4	Definition von Nutation und Kontranutation .....	49	8.1	Empfehlung zur Behandlungsbank .....	87
4.5	Orientierungspunkte der Wirbelsäule (Landmarks) .....	50	8.2	Therapieansatz .....	88
4.6	Versorgungsgebiete der Spinalnerven und mögliche Symptome bei einer Reizung der Nervenwurzel ....	51	8.3	Kontraindikationen .....	88
4.7	Therapeutische Biomechanik der Wirbelsäule .....	53	8.4	Palpation im Bereich des Schädels und der Halswirbelsäule .....	89
4.8	Therapeutische Vorgehensweise ...	54	8.5	Untersuchung in Rückenlage .....	90
4.9	Osteokinematische Einteilung der Halswirbelsäule .....	55	8.6	Atlaskorrektur .....	94
4.10	Anatomie der mittleren und unteren Halswirbelsäule .....	56	8.7	Release-Technik .....	97
<b>5</b>	<b>Obere Halswirbelsäule</b> .....	59	8.8	Technik zur Lockerung der Halswirbelsäulenstrukturen .....	99
5.1	Funktionelle Anatomie der Halswirbelsäule .....	61	8.9	Ergänzung der Behandlung durch kinesiologisches Taping .....	100
5.2	Biomechanik der Halswirbelsäule ..	61	8.10	Hausaufgabe nach einer Atlaskorrektur .....	101
5.3	Muskulatur .....	62	8.11	Mobilisation und Hausaufgabe für eine Atlasfehlstellung Form 3 und 4 .....	102
5.4	Bänder und Membranen .....	64	<b>9</b>	<b>Positionierungstechnik in Anlehnung an Jones</b> .....	105
5.5	Bewegungen in der oberen Halswirbelsäule .....	66	9.1	Positionierungstechnik C0/C1 .....	106
5.6	Zusammenfassung Kopfgelenke ...	68	9.2	Beweglichkeitstest des Atlantoaxialgelenks (C1/C2) .....	108
<b>6</b>	<b>Befunderhebungsbogen</b> .....	71	9.3	Positionierungstechnik C1/C2 .....	110
<b>7</b>	<b>Testverfahren im Bereich der Halswirbelsäule</b> .....	75	<b>10</b>	<b>Die Halswirbelsäule unterhalb von C2</b> .....	113
7.1	Verdacht auf einen Bandscheibenvorfall .....	75	10.1	Beschwerdesymptomatiken, die von C4 (C3) bis C7 (Th1) ausgehen .....	113

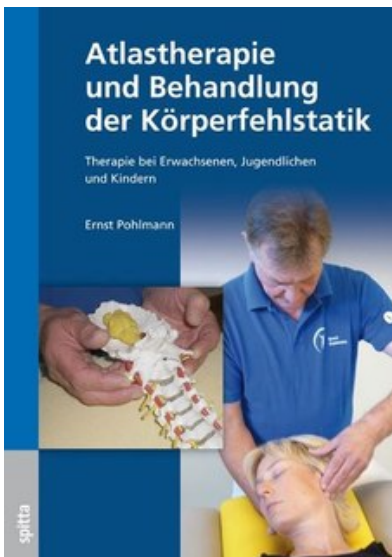
10.2	Beweglichkeitstest der Halswirbelsäule (C2 bis C7) .....	114	<b>15 Brustwirbelsäule (BWS)/ Rippen</b> .....	151	
10.3	Release-Technik .....	115	15.1	Anatomie .....	151
10.4	Mobilisation C2 bis C7 .....	116	15.2	Tests Brustwirbelsäule .....	154
10.5	Positionierungstechnik unterhalb von C2 .....	118	15.3	Differenzialdiagnostik Brust- und Lendenwirbelsäule (Slump-Test) .....	158
<b>11</b>	<b>Vorgehensweise bei Muskelbehandlungen</b> .....	121	15.4	Funktionsstörungen der Brustwirbelsäule .....	159
11.1	Triggerpunktbehandlung .....	122	15.5	Mobilisation der Brustwirbelsäule ..	159
11.2	Triggerpunkte .....	122	15.6	Mobilisation des zervikothora- kalen Übergangs .....	161
11.3	Behandlung von Faszien und myofaszialen Strukturen .....	123	15.7	Hausaufgabe für die Brustwirbelsäule .....	164
11.4	Triggerpunktbehandlung der Halswirbelsäulenmuskulatur .....	126	15.8	Hausaufgabe für den zerviko- thorakalen Übergang (CTÜ) .....	166
11.5	Weichteilbehandlung der Halswirbelsäule .....	128	15.9	Positionierungstechnik Brustwirbelsäule .....	167
<b>12</b>	<b>Instabilitäten der Hals- wirbelsäule</b> .....	133	15.10	Mobilisation der ersten Rippe .....	171
<b>13</b>	<b>Neurogene Mobilisation</b> .....	135	15.11	Positionierungstechnik 1. Rippe .....	174
13.1	Neurogene Dehnung Plexus cervicalis .....	135	15.12	Funktionsstörungen der 2. bis 8. Rippe .....	177
13.2	Neurogene Dehnung des Nervus occipitalis major und minor .....	136	15.13	Mobilisation einer in Inspirations- stellung blockierten Rippe .....	178
<b>14</b>	<b>Temporomandibulargelenk (TMG)/Kiefergelenk</b> .....	137	15.14	Mobilisation einer in Inspirations- stellung blockierten Rippe in Bauchlage .....	180
14.1	Anatomie .....	137	15.15	Positionierungstechnik für die Rippen 2 bis 12 .....	182
14.2	Die häufigsten Dysfunktionen des Temporomandibulargelenks .....	138	<b>16 Diaphragma (Zwerchfell)</b> .....	185	
14.3	Triggerpunktbehandlung der Kiefergelenksmuskulatur .....	141	16.1	Diaphragmabehandlung nach Chapman .....	186
14.4	Positionierungstechnik Kiefergelenk .....	144	<b>17 Schultergürtel/Schulter- gelenkkomplex</b> .....	189	
14.5	Asymmetrien des Kiefergelenks .....	147	17.1	Akromioklavikulargelenk (ACG)/ Schultereckgelenk .....	190
			17.2	Positionierungstechnik Akromio- klavikulargelenk .....	191
			17.3	Sternoklavikulargelenk (SCG) .....	193

17.4	Glenohumeralgelenk (GHG)/ Humeroskapulargelenk (Schultergelenk) .....	194	20.3	Positionierungstechnik Ellenbogen ..	217
17.5	Positionierungstechnik Gleno- humeralgelenk .....	195	<b>21</b>	<b>Karpaltunnelsyndrom</b> .....	221
17.6	Subakromiales Nebengelenk/ Fornix humeri (Schulterdach) .....	196	<b>22</b>	<b>Lendenwirbelsäule (Columna vertebralis)</b> .....	225
17.7	Interskapulares Gleitlager .....	197	22.1	Anatomie .....	225
17.8	Mobilisation der Bursa und Anregung der Synovia-ähnlichen Flüssigkeit .....	199	22.2	Triggerpunktbehandlung Lendenwirbelsäule .....	228
<b>18</b>	<b>Engpasssyndrome der oberen Thoraxapertur</b> .....	201	22.3	Verdacht auf einen Bandscheiben- vorfall in der Lendenwirbelsäule .....	229
18.1	Skalenuslücken .....	202	22.4	Rotationstest im Sitzen für einen Bandscheibenvorfall .....	230
18.2	Triggerpunktbehandlung Mm. scaleni .....	204	22.5	Mehrsegmentale Tests für die Lendenwirbelsäule .....	231
18.3	Faszientechnik Mm. scaleni .....	205	22.6	Mobilisation der Lenden- wirbelsäule .....	237
18.4	Scalenus-minimus-Syndrom .....	206	22.7	Hausaufgabe nach einer Mobilisation in der Lenden- wirbelsäule .....	239
18.5	Halsrippensyndrom (Rippe am 7. Halswirbel) .....	206	22.8	Kemp-Test für eine Foramen- stenose und Osteophyten .....	241
18.6	Kostoklavikulares Syndrom .....	206	22.9	Fersenfalltest für eine Fissur am Facettengelenk .....	242
18.7	Pectoralis-minor-Syndrom .....	207	22.10	Positionierungstechnik Lendenwirbelsäule .....	243
<b>19</b>	<b>Insertionstendopathie des M. infraspinatus</b> .....	211	<b>23</b>	<b>Piriformis-Syndrom</b> .....	247
19.1	Test horizontale Adduktion .....	211	23.1	Piriformis-Test (FAIR-Test) .....	248
19.2	Triggerpunktbehandlung des M. infraspinatus .....	212	23.2	Triggerpunktbehandlung M. piriformis .....	249
19.3	Querfriktionen und Faszien- technik für die Insertion des M. infraspinatus .....	213	23.3	Triggerpunkt-Hernie .....	249
19.4	Hausaufgabe .....	214	23.4	Weichteilbehandlung M. piriformis ..	250
<b>20</b>	<b>Weitergeleitete Beschwerden aus der oberen Apertur</b> .....	215	<b>24</b>	<b>Das Becken (Pelvis)</b> .....	251
20.1	Test für eine Epicondylitis radialis humeri .....	215	24.1	Anatomie .....	251
20.2	Test für eine Epicondylitis ulnaris humeri .....	216	24.2	Iliosakralgelenk (ISG) (Kreuzdarmbeingelenk) .....	252
			24.3	Symphysis pubica (Schambeinfuge) .....	253

<b>25</b>	<b>Das Hüftgelenk (Articulatio coxae)</b> .....	255	<b>28</b>	<b>Das Kniegelenk (Articulatio genus)</b> .....	283
25.1	Anatomie .....	255	28.1	Anatomie .....	283
25.2	Behandlung der Iliosakralgelenke .	257	28.2	Triggerpunktbehandlung Adduktoren .....	286
25.3	Vorlauf-Nachlauf-Test .....	258	28.3	Positionierungstechnik Kniegelenk .....	287
25.4	Patrick-Kubis-Test .....	259	<b>29</b>	<b>Scheinbares Meniskus-</b>	
25.5	Einstauchtest .....	260		<b>syndrom</b> .....	293
25.6	Vermessung im Beckenmessgerät .....	261	29.1	Test für ein Streckdefizit im Kniegelenk .....	293
25.7	Korrektur eines Beckenschiefstands .....	263	29.2	Korrektur der Kniegelenksfehlstellung (Forte-Mechanismus) .....	294
25.8	Up-slip/Down-slip .....	265	<b>30</b>	<b>Meniskusläsionen</b> .....	297
25.9	Hausaufgabe nach einer Beckenkorrektur .....	266	30.1	Test Vorder- bzw. Hinterhorn des Meniskus .....	298
25.10	Differenzialdiagnostik Hüftregion: Zirkumduktionstest (Schmerztest) .	269	30.2	Korrektur Meniskushinterhörner .....	299
25.11	Symphysenin stabilität .....	269	<b>31</b>	<b>Verbindung zwischen Tibia und Fibula</b> .....	301
25.12	Positionierungstechnik Iliosakralgelenke .....	271	31.1	Positionierungstechnik proximales Tibiofibulargelenk .....	301
<b>26</b>	<b>M. iliopsoas</b> .....	275	<b>32</b>	<b>Der Fuß (Pes)</b> .....	305
26.1	Triggerpunktbehandlung M. iliopsoas .....	275	32.1	Anatomie .....	305
26.2	Test M. iliopsoas .....	277	32.2	Biomechanik des Fußes .....	308
26.3	Weichteiltechnik/Querdehnung M. iliopsoas .....	277	32.3	Fußdeformation im Kindesalter .....	308
26.4	Positionierungstechnik M. iliopsoas .....	278	32.4	Positionierungstechnik Fuß .....	310
<b>27</b>	<b>Kompressionssyndrom M. biceps femoris</b> .....	281	<b>33</b>	<b>Dorsale Faszienskette</b> .....	315
27.1	Triggerpunktbehandlung M. biceps femoris .....	281	<b>34</b>	<b>Ergonomie des Schlafens</b> ...	321
27.2	Behandlung der myofaszialen Strukturen des M. biceps femoris ..	282	<b>35</b>	<b>Weitere Ursachen für Fehlstellungen der Wirbelsäule</b> .....	325

<b>36</b>	<b>Patientenbeispiele</b> .....	327
<b>37</b>	<b>Glossar</b> .....	351
<b>38</b>	<b>Stichwortverzeichnis</b> .....	363
<b>39</b>	<b>Literatur</b> .....	371

Copyright  
Spitta Verlag GmbH & Co. KG



Ernst Pohlmann

[Atlasterapie und Behandlung der Körperfehlstatik](#)

Therapie bei Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern

372 pages, pb  
publication 2013



More books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life  
[www.narayana-verlag.com](http://www.narayana-verlag.com)