

# Roland Gautschi

## Manuelle Triggerpunkt-Therapie

Reading excerpt

[Manuelle Triggerpunkt-Therapie](#)

of [Roland Gautschi](#)

Publisher: MVS Medizinverlage Stuttgart



 Thieme

<http://www.narayana-verlag.com/b20609>

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>



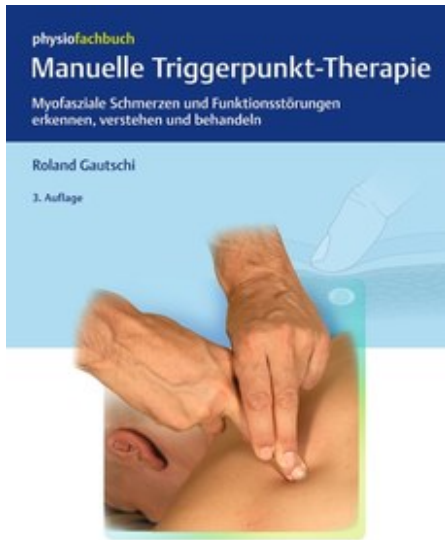
# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Einführung</b> .....				19
1.1	Phänomenologie .....	20	<b>1.4</b>	<b>Relevanz</b> .....	22
1.2	Unterschiedliche Typen von Triggerpunkten .....	20	<b>1.5</b>	<b>Geschichtlicher Rückblick</b> .....	22
1.3	Prävalenz .....	21	<b>1.6</b>	<b>Situierung</b> .....	27
<b>2</b>	<b>Myofasziale Triggerpunkte</b> .....				29
<b>2.1</b>	<b>Klinik myofaszialer Triggerpunkte</b> .....	29	2.2.7	Modell der Energiekrise .....	94
2.1.1	Merkmale myofaszialer Triggerpunkte ...	29	2.2.8	Bindegewebsveränderungen .....	99
2.1.2	Diagnostik myofaszialer Triggerpunkte ...	34	2.2.9	Zentrale Einflüsse/Prozesse .....	100
			2.2.10	Integrative Hypothese .....	102
<b>2.2</b>	<b>Pathophysiologie</b> .....	41	<b>2.3</b>	<b>Ätiologie</b> .....	104
2.2.1	Medizinische Untersuchungsmethoden ..	41	2.3.1	Ursachen für die Entstehung myofaszialer Triggerpunkte .....	105
2.2.2	Histologische Untersuchungen .....	42	2.3.2	Aktivierungsmechanismen – Deaktivierungsmechanismen .....	111
2.2.3	Messungen des biochemischen Milieus ...	81	2.3.3	Prädisponierende und perpetuierende Faktoren .....	112
2.2.4	Untersuchung der lokalen Durchblutung .	85			
2.2.5	Chronische Muskelschmerzen – Veränderungen der Nozizeption .....	85			
2.2.6	Übertragener Schmerz (Referred Pain) ...	92			
<b>3</b>	<b>Triggerpunktinduzierte Störungen</b> .....				114
<b>3.1</b>	<b>Direkt durch Triggerpunkte induzierte Störungen</b> .....	114	<b>3.2</b>	<b>Indirekt durch Triggerpunkte induzierte Störungen</b> .....	115
3.1.1	Schmerz .....	114	3.2.1	Störungen infolge von Hartspannsträngen	115
3.1.2	Störungen der Motorik .....	114	3.2.2	Störungen infolge von Bindegewebsveränderungen .....	116
3.1.3	Vegetativ-trophische Störungen .....	114	<b>3.3</b>	<b>Myofaszielles Syndrom</b> .....	117
<b>4</b>	<b>Diagnostik myofaszialer Schmerzen</b> .....				119
<b>4.1</b>	<b>Clinical Reasoning</b> .....	119	4.2.4	Probebehandlung .....	130
4.1.1	Schmerz im neuromuskuloskelettalen System .....	120	4.2.5	Reassessment .....	131
4.1.2	Schmerzmechanismen .....	121	<b>4.3</b>	<b>Differenzialdiagnose</b> .....	132
4.1.3	Myofaszialer Schmerz .....	123	4.3.1	Muskulär bedingte Schmerzen .....	132
<b>4.2</b>	<b>Prinzipien der Untersuchung</b> .....	123	4.3.2	Funktionsstörungen der Gelenke .....	133
4.2.1	Anamnese .....	124	4.3.3	Irritation von Nervenstrukturen .....	133
4.2.2	Befund .....	124	4.3.4	Innere Organe .....	134
4.2.3	Arbeitshypothese .....	129	4.3.5	Fibromyalgie-Syndrom .....	134

<b>5</b>	<b>Therapie myofaszialer Schmerzen</b> .....	140		
<b>5.1</b>	<b>Therapie myofaszialer Triggerpunkte</b> ..	140	5.2.4	Funktioneller Aspekt.....
5.1.1	Grundsätzliches.....	140	5.2.5	Kognitiv-verhaltenszentrierter Aspekt ...
5.1.2	Behandlungsmöglichkeiten myofaszialer Triggerpunkte .....	141	5.2.6	Energetischer Aspekt .....
5.1.3	Manuelle Triggerpunkt-Therapie .....	143	5.2.7	Holodynamischer Aspekt.....
5.1.4	Wirksamkeit.....	174	<b>5.3</b>	<b>Management myofaszialer Schmerzen</b>
<b>5.2</b>	<b>Effekte der manuellen Triggerpunkt- Therapie</b> .....	178	5.3.1	Planung und Aufbau der Behandlungen ..
5.2.1	Mechanischer Aspekt .....	178	5.3.2	Kombination der manuellen Trigger- punkt-Therapie mit anderen Behand- lungsmethoden .....
5.2.2	Biochemischer Aspekt .....	182	5.3.3	Selbstmanagement .....
5.2.3	Reflektorischer Aspekt .....	184	5.3.4	Therapieresistenz .....
<b>6</b>	<b>Indikationen – Kontraindikationen</b> .....	224		
<b>6.1</b>	<b>Indikationen</b> .....	224	<b>6.2</b>	<b>Kontraindikationen</b> .....
6.1.1	Myofasiales Syndrom .....	224	6.2.1	Absolute Kontraindikationen .....
6.1.2	Reizsummationsprobleme.....	227	6.2.2	Relative Kontraindikationen .....
6.1.3	Entrapment-Neuropathie.....	228		
6.1.4	Narben und andere Veränderungen des Bindegewebes .....	242		
<b>7</b>	<b>Manuelle Therapie der Muskulatur</b> .....	246		
<b>7.1</b>	<b>Schulter</b> .....	247	7.2.6	M. splenius capitis und M. splenius cervicis .....
7.1.1	M. deltoideus .....	250	7.2.7	Zervikaler M. erector spinae: Mm. semi- spinalis capitis und cervicis, Mm. longissi- mus capitis und cervicis, Mm. multifidi und Mm. rotatores .....
7.1.2	M. supraspinatus.....	252	7.2.8	Mm. suboccipitales: Mm. rectus capitis posterior major und minor, Mm. obliquus capitis inferior und superior .....
7.1.3	M. infraspinatus.....	254	<b>7.3</b>	<b>Kiefer und Kopf</b> .....
7.1.4	M. teres minor .....	256	7.3.1	M. masseter .....
7.1.5	M. subscapularis .....	258	7.3.2	M. temporalis.....
7.1.6	M. teres major .....	262	7.3.3	M. pterygoideus medialis.....
7.1.7	M. latissimus dorsi .....	264	7.3.4	M. pterygoideus lateralis .....
7.1.8	M. pectoralis major .....	266	7.3.5	Suprahyoidale Muskulatur: M. digastricus, M. stylohyoideus, M. mylohyoideus, M. geniohyoideus .....
7.1.9	M. coracobrachialis .....	270	7.3.6	Infrahyoidale Muskulatur: M. sternohyo- ideus, M. sternothyroideus, M. thyrohyo- ideus, M. omohyoideus. ....
7.1.10	M. pectoralis minor.....	272	7.3.7	Gesichtsmuskulatur: M. orbicularis oculi, M. zygomaticus, Platysma .....
7.1.11	M. serratus anterior .....	276	7.3.8	M. occipitofrontalis (M. epicranius) .....
7.1.12	Mm. rhomboideus minor und major .....	280		
7.1.13	M. trapezius transversus .....	282		
7.1.14	M. trapezius ascendens .....	284		
7.1.15	M. subclavius .....	286		
7.1.16	Skapulothorakales Gleitlager.....	288		
<b>7.2</b>	<b>Nacken und Hals</b> .....	290		
7.2.1	M. trapezius descendens .....	294		
7.2.2	M. levator scapulae .....	298		
7.2.3	M. sternocleidomastoideus.....	302		
7.2.4	Mm. scaleni .....	306		
7.2.5	Tiefe prävertebrale Muskulatur: M. longus colli, M. longus capitis, M. rectus capitis anterior, M. rectus capitis lateralis .....	310		

<b>7.4</b>	<b>Rumpf</b> .....	354	7.7.6	M. extensor digitorum longus, M. extensor hallucis longus .....	460
7.4.1	M. erector spinae .....	360	7.7.7	Mm. peroneus longus, brevis und tertius ..	462
7.4.2	M. quadratus lumborum .....	366	7.7.8	M. extensor digitorum brevis, M. extensor hallucis brevis .....	464
7.4.3	Mm. abdominales: M. obliquus externus abdominis, M. obliquus internus abdominis, M. transversus abdominis; M. rectus abdominis, M. pyramidalis. ....	372	7.7.9	Muskeln der Planta pedis (oberflächliche Schicht): M. flexor digitorum brevis, M. abductor hallucis, M. abductor digiti minimi .....	466
7.4.4	M. iliopsoas .....	378	7.7.10	Muskeln der Planta pedis (tiefe Schicht): Mm. quadratus plantae, flexor hallucis brevis, adductor hallucis, lumbricales, interossei .....	470
7.4.5	M. serratus posterior superior .....	382	<b>7.8</b>	<b>Oberarm</b> .....	476
7.4.6	M. serratus posterior inferior .....	384	7.8.1	M. triceps brachii, M. anconeus .....	478
7.4.7	Mm. intercostales .....	386	7.8.2	M. biceps brachii .....	482
7.4.8	Diaphragma .....	388	7.8.3	M. brachialis .....	484
7.4.9	Fascia thoracolumbalis .....	390	<b>7.9</b>	<b>Unterarm und Hand</b> .....	486
<b>7.5</b>	<b>Gesäß</b> .....	394	7.9.1	M. brachioradialis .....	492
7.5.1	M. gluteus maximus .....	398	7.9.2	Handextensoren: Mm. extensor carpi radialis longus und brevis, M. extensor carpi ulnaris .....	494
7.5.2	M. gluteus medius und M. gluteus minimus .....	400	7.9.3	Fingerextensoren: M. extensor digitorum communis, M. extensor digiti minimi, M. extensor indicis .....	498
7.5.3	M. piriformis .....	402	7.9.4	M. abductor pollicis longus, Mm. extensor pollicis longus und brevis .....	502
7.5.4	M. obturatorius internus und Mm. gemelli	404	7.9.5	M. supinator .....	504
7.5.5	M. obturatorius externus .....	406	7.9.6	M. pronator teres .....	506
7.5.6	M. quadratus femoris .....	408	7.9.7	M. palmaris longus .....	508
7.5.7	Beckenbodenmuskulatur .....	410	7.9.8	Handflexoren: Mm. flexor carpi radialis und ulnaris .....	510
<b>7.6</b>	<b>Oberschenkel und Knie</b> .....	412	7.9.9	Fingerflexoren: Mm. flexor digitorum superficialis und profundus .....	512
7.6.1	M. tensor fasciae latae .....	416	7.9.10	M. flexor pollicis longus .....	514
7.6.2	M. sartorius .....	418	7.9.11	M. pronator quadratus .....	516
7.6.3	M. pectineus .....	420	7.9.12	Thenarmuskeln: M. abductor pollicis brevis, M. adductor pollicis, M. flexor pollicis brevis, M. opponens pollicis .....	518
7.6.4	Mm. adductor longus und brevis .....	422	7.9.13	Hypothenarmuskeln: M. abductor digiti minimi, M. flexor digiti minimi, M. opponens digiti minimi, M. palmaris brevis ..	522
7.6.5	M. adductor magnus .....	424	7.9.14	Interdigitalmuskeln: Mm. lumbricales und Mm. interossei .....	524
7.6.6	M. gracilis .....	426	<b>8</b>	<b>Neuromuskuläre Entrapments</b> .....	526
7.6.7	M. quadriceps .....	428	<b>8.1</b>	<b>Nervenwurzelkompressionen</b> .....	527
7.6.8	Mm. semitendinosus und semimembranosus, M. biceps femoris .....	434	8.2.3	N. axillaris .....	530
7.6.9	M. popliteus .....	438	8.2.4	N. medianus .....	533
<b>7.7</b>	<b>Unterschenkel und Fuß</b> .....	440	8.2.5	N. radialis .....	540
7.7.1	M. gastrocnemius und M. plantaris .....	446	8.2.6	N. ulnaris .....	546
7.7.2	M. soleus .....	450			
7.7.3	Mm. flexor digitorum longus und hallucis longus .....	454			
7.7.4	M. tibialis posterior .....	456			
7.7.5	M. tibialis anterior .....	458			
<b>8</b>	<b>Neuromuskuläre Entrapments</b> .....	526			
<b>8.1</b>	<b>Nervenwurzelkompressionen</b> .....	527			
<b>8.2</b>	<b>Obere Extremität</b> .....	528			
8.2.1	Plexus brachialis .....	528			
8.2.2	N. musculocutaneus .....	530			

<b>8.3</b>	<b>Untere Extremität</b> .....	551	<b>8.4</b>	<b>Weitere Entrapments</b> .....	572
8.3.1	Plexus lumbalis und lumbosacralis .....	552	8.4.1	N. occipitalis major/Ramus dorsalis des 2. Zervikalnervs .....	572
8.3.2	N. femoralis .....	553	8.4.2	Rami dorsales der Spinalnerven .....	574
8.3.3	N. cutaneus femoris lateralis .....	556	8.4.3	Entrapments im Bereich der distalsten Nervenstrecke (distale Mini-Entrapments)	576
8.3.4	N. iliohypogastricus, N. ilioinguinalis, N. genitofemoralis .....	557			
8.3.5	N. obturatorius .....	559			
8.3.6	N. ischiadicus .....	561			
8.3.7	N. peroneus (fibularis) .....	567			
8.3.8	N. tibialis .....	570			
<b>9</b>	<b>Klinik</b> .....	578			
<b>9.1</b>	<b>Screening-Tests</b> .....	578	<b>9.3</b>	<b>Klinische Bilder</b> .....	622
9.1.1	Vorgehen .....	579	9.3.1	Nacken- und Kopfschmerzen .....	623
9.1.2	HWS .....	581	9.3.2	Kraniomandibuläre Dysfunktion (CMD) ..	627
9.1.3	BWS .....	587	9.3.3	Schulterschmerzen .....	635
9.1.4	Schulter .....	588	9.3.4	Interskapuläre und subskapuläre Schmerzen .....	643
9.1.5	Ellbogen .....	599	9.3.5	Thoraxschmerzen .....	646
9.1.6	Unterarm – Hand .....	605	9.3.6	Ellbogenschmerzen .....	654
9.1.7	LBH: Lenden – Becken – Hüfte .....	607	9.3.7	Unterarm- und Handschmerzen .....	658
9.1.8	Knie .....	615	9.3.8	Low Back Pain (unspezifische untere Rückenschmerzen) .....	663
9.1.9	Unterschenkel – Fuß .....	617	9.3.9	Hüft- und Leistenschmerzen .....	671
9.1.10	Kiefer .....	619	9.3.10	Knieschmerzen .....	675
<b>9.2</b>	<b>Pain Guides</b> .....	622	9.3.11	Achillodynie .....	678
			9.3.12	Unterschenkel- und Fußschmerzen .....	680
<b>Anhang</b>					
<b>10</b>	<b>Literatur</b> .....	685			
<b>11</b>	<b>Glossar</b> .....	704			
<b>12</b>	<b>Abkürzungsverzeichnis der Muskeln</b> .....	709			
<b>13</b>	<b>Verzeichnis der verwendeten Abkürzungen</b> .....	712			
<b>14</b>	<b>Verzeichnis der klinischen Hinweise (ockergelb hinterlegte Kästchen)</b> .....	715			
	<b>Sachverzeichnis</b> .....	716			
	<b>Videos</b> .....	725			



Thieme

Roland Gautschi

[Manuelle Triggerpunkt-Therapie](#)

Myofasziale Schmerzen und Funktionsstörungen erkennen, verstehen und behandeln

728 pages, hb  
publication 2016



More books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life

[www.narayana-verlag.com](http://www.narayana-verlag.com)