

# Inhaltsverzeichnis

	Seite
<b>Einleitung</b>	4
<b>Eingliederung der „Manuellen Gelenk-Mobilisation“</b>	6
<b>ALLGEMEINER TEIL</b>	
1. <b>Gelenkflächen</b>	7
2. <b>Knochenverbindungen</b>	8
2.1. Die konventionelle Einteilung	8
2.2. Die Einteilung nach MacConaill	10
3. <b>Knochen- und Gelenkstellungen</b>	12
3.1. Die Nullstellung	12
3.2. Die Ruhestellung	12
3.2.1. Die aktuelle Ruhestellung	13
3.3. Die verriegelte Stellung	13
4. <b>Ebenen</b>	14
4.1. Die anatomischen Ebenen	14
4.1.1. Die Sagittalebenen	14
4.1.2. Die Frontalebenen	14
4.1.3. Die Transversalebenen	14
4.2. Die Behandlungsebene in der <b>Manuellen Therapie</b>	15
5. <b>Achsen</b>	16
5.1. Die anatomischen Achsen	16
5.1.1. Die frontale Achse	16
5.1.2. Die sagittale Achse	16
5.1.3. Die vertikale Achse	16
6. <b>Knochen- und Gelenkbewegungen</b>	18
6.1. <b>Rotation</b> eines Knochens – Rollgleiten im Gelenk	18
6.1.1. Rotation eines Knochens	18
6.1.1.1. Anatomische Knochenbewegungen	19
6.1.1.2. Physiologische Knochenbewegungen	20
6.1.1.3. MacConaill's Grundtypen der Knochenbewegungen: Spin u. Swing	20
6.1.2. Rollgleiten im Gelenk	22
6.1.2.1. Rollen	22
6.1.2.2. Gleiten	23
6.1.2.3. Rollen und Gleiten – in welche Richtung im Gelenk?	23
6.2. <b>Translation</b> eines Knochens – Gelenkspiel im Gelenk	26
6.2.1. Translation eines Knochens	26
6.2.2. Gelenkspiel im Gelenk	26
6.2.3. Slack	27

<b>7.</b>	<b>Traktion in der Manuellen Gelenk-Therapie</b>	28
7.1.	Die Richtung der Traktion	28
7.2.	Traktionsstufen	29
7.3.	Dreidimensionale Traktion	29
<b>8.</b>	<b>Gleiten in der Manuellen Gelenk-Therapie</b>	30
8.1.	Die Richtung des Gleitens	30
8.2.	Stufen des Gleitens	31
8.3.	Feststellen der eingeschränkten Gleitrichtung im Gelenk	31
8.3.1.	Gleit-Test	31
8.3.2.	Konvex-Konkav-Regel	31
	Beispiele für die Konvex-Konkav-Regel	32
<b>9.</b>	<b>Testen der Gelenkbewegung</b>	34
9.1.	<b>Quantität</b> der Bewegung	34
9.1.1.	Das Messen in Graden mit Goniometer	34
9.1.1.1.	Kapsuläres Zeichen	34
9.1.1.2.	Muskelverkürzung	35
9.1.2.	Manueller Beweglichkeitstest in Graden von 0 bis 6	35
9.2.	<b>Qualität</b> der Bewegung	36
9.2.1.	Qualität vom Beginn der Bewegung bis zum ersten Stop	36
9.2.1.1.	Der Schmerzbogen	36
9.2.2.	Qualität nach dem ersten Stop = Endgefühl	37
9.2.2.1.	Physiologisches Endgefühl	37
9.2.2.2.	Pathologisches Endgefühl	37
<b>10.</b>	<b>Widerstandstest</b>	38
10.1.	Schmerzdifferenzierung in Muskelsynergien	38
10.1.1.	Testen einer zweiten, isolierten Funktion in demselben Gelenk	38
10.1.2.	Testen einer zweiten Funktion in einem benachbarten Gelenk	39
10.1.3.	Testen mit reziproker Hemmung	39
<b>11.</b>	<b>Allgemeine Gelenkuntersuchung</b>	40
11.1.	Anamnese	41
11.2.	Befund	42
	I. Inspektion	42
	II. Bewegungsprüfungen	42
	Rotatorische Bewegungen	42
	Translatorische Bewegungen	44
	Bewegungen gegen Widerstand	44
	III. Palpation	44
	IV. Neurologische Tests	45
	V. Zusatzuntersuchungen	45
11.3.	Zusammenfassung	45
11.4.	Diagnose mit Probebehandlung	45

<b>12.</b>	<b>Behandlungsregeln</b>	46
12.1.	Ausgangsstellung des Patienten	46
12.2.	Ausgangsstellung des Therapeuten	46
12.3.	Fixierende Hand	46
12.4.	Mobilisierende Hand	46
12.5.	Behandlungsrichtung	47
12.6.	Indikation und Ausführung von Traktion und Gleiten	47
12.6.1.	Behandlung zur Schmerzlinderung	48
12.6.2.	Behandlung zur Mobilisation hypomobiler Gelenke	48
12.7.	Testen bei der Manuellen Gelenk-Mobilisation	49
12.8.	Ziel der <b>Manuellen Gelenk-Mobilisation</b>	49

## SPEZIELLER TEIL

Vorbemerkungen	50
Zeichenerklärung	51
Fingergelenke	52
Mittelhandgelenke	58
Handwurzelgelenke und Handgelenk	67
Unterarmgelenke	84
Ellenbogengelenk	94
Schultergelenk	101
Schultergürtelgelenke	112
Zehengelenke	122
Mittelfußgelenke	128
Fußwurzel- und Sprunggelenke	132
Unterschenkelgelenke	148
Kniegelenk	152
Hüftgelenk	165
Kiefergelenk	174
Gelenk- und Muskel-Tabelle:	/
Obere Extremität	180
Untere Extremität	182
Erklärung zu den Tabellen	183
Konvex-Konkav-Tabelle der distalen Gelenkpartner	185
Literaturverzeichnis	184