

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	V
---------------	---

Teil 1

Grundlagen	1
1 Aku-Taping	2
<i>Hans-Ulrich Hecker, Kay Liebchen</i>	
1.1 Was ist Aku-Taping?	2
1.1.1 Wirkrichtungen des Aku-Tapings	3
1.2 Einsatz des Aku-Tapings	4
1.2.1 Indikationen	4
1.2.2 Kontraindikationen	5
1.3 Praxis des Aku-Tapings	6
1.3.1 Material und Materialeigenschaften	6
1.3.2 Taping-Formen	7
1.3.3 Anlegen des Tapes	7
1.4 Leitbahn-Tapes	8
1.4.1 Hauptindikationen für die Leitbahn-Tapes	8
2 Muskel-Tapes und myofasziale Triggerpunkte	23
<i>Hans-Ulrich Hecker, Kay Liebchen</i>	
2.1 Grundlagen	23
2.1.1 Epidemiologie	23
2.1.2 Muskelphysiologie	24
2.1.3 Pathophysiologie myofaszialer Schmerzen	24
2.1.4 Chronifizierungsmodell bei myofaszialem Schmerzsyndrom	27
2.1.5 Grundlegende therapeutische Überlegungen	28
2.1.6 Spezielle Triggerpunktuntersuchung	29
2.2 Vorbemerkungen zu Muskel-Tapes	29
2.3 Muskel-Tapes und Triggerpunkte	31
2.3.1 M. temporalis	31
2.3.2 M. masseter	34
2.3.3 M. pterygoideus lateralis	38
2.3.4 M. rectus capitis, M. obliquus capitis	40
2.3.5 M. splenius capitis	42
2.3.6 Mm. scaleni anterior, medius et posterior	44
2.3.7 M. trapezius	50
2.3.8 M. levator scapulae	58
2.3.9 M. sternocleidomastoideus	64
2.3.10 M. subclavius	68
2.3.11 M. pectoralis major	70
2.3.12 M. pectoralis minor	76
2.3.13 M. rhomboideus minor et major	78
2.3.14 M. supraspinatus	82

2.3.15	M. infraspinatus	88
2.3.16	M. subscapularis	90
2.3.17	M. biceps brachii	92
2.3.18	M. triceps brachii	96
2.3.19	M. supinator	102
2.3.20	M. extensor carpi radialis longus	106
2.3.21	M. extensor digitorum communis	108
2.3.22	M. flexor digitorum superficialis	110
2.3.23	M. pronator teres	114
2.3.24	M. extensor pollicis brevis	116
2.3.25	M. rectus abdominis	120
2.3.26	M. obliquus externus abdominis	124
2.3.27	M. iliacus/M. psoas major	128
2.3.28	M. quadratus lumborum	134
2.3.29	M. gluteus maximus	146
2.3.30	M. gluteus medius	150
2.3.31	M. gluteus minimus	154
2.3.32	M. piriformis	156
2.3.33	M. quadriceps femoris	158
2.3.34	Hamstrings (M. biceps femoris, M. semimembranosus, M. semitendinosus)	168
2.3.35	M. gracilis	174
2.3.36	M. tensor fasciae latae	176
2.3.37	M. gastrocnemius	178
2.3.38	M. tibialis anterior	182
3	Übersetzung westlicher Diagnosen in chinesische Syndrome	184
	<i>Hans-Ulrich Hecker, Kay Liebchen</i>	
3.1	Allgemeines Erschöpfungssyndrom	184
3.2	Atemwegserkrankungen	185
3.2.1	Asthma bronchiale	185
3.2.2	Infektanfälligkeit	186
3.2.3	Sinusitis	187
3.3	Chronische Schmerzsyndrome	188
3.3.1	Kopfschmerzen	188
3.3.2	HWS-Syndrom	189
3.3.3	LWS-Syndrom	190
3.3.4	Rheumatische Gelenkbeschwerden	191
3.4	Geistige und emotionale Störungen	192
3.4.1	Schlafstörungen	192
3.4.2	Depression	193
3.5	HNO-Erkrankungen	194
3.5.1	Schwindel	194
3.5.2	Tinnitus	195

3.6	Herz-Kreislauf-Erkrankungen	196
3.6.1	Hypertonie	196
3.6.2	Hypotonie	197
3.6.3	Palpitationen/Herzrhythmusstörungen	198
3.7	Magen-Darm-Erkrankungen	199
3.7.1	Colon irritabile	199
3.7.2	Gastritis	200
3.7.3	Obstipation	200
3.7.4	Lebensmittelunverträglichkeiten	201
3.8	Urogenitale Erkrankungen	202
3.8.1	Harnwegsinfekt/Reizblase	202
3.8.2	Impotenz	203
3.8.3	Prostatitis	203
3.9	Gynäkologische Erkrankungen	204
3.9.1	Amenorrhö	205
3.9.2	Dysmenorrhö	206
3.9.3	Prämenstruelles Syndrom	207
3.9.4	Infertilität – unerfüllter Kinderwunsch	208
3.9.5	Klimakterische Beschwerden	209
3.10	Hauterkrankungen	210
3.11	Neurologische und psychosomatische Erkrankungen	211
3.11.1	Psychosomatisches Syndrom	211
3.11.2	Polyneuropathie	212
3.11.3	Morbus Parkinson	212
4	Fallbeispiele	214
4.1	Baker-Zyste	214
	<i>H. Michael Koch</i>	
4.2	Zervikothorakales und iliosakrales Schmerzsyndrom	215
	<i>H. Michael Koch</i>	
4.3	Rhizarthrose und Tendinovaginitis	219
	<i>H. Michael Koch</i>	
4.4	ISG-Blockade mit Affektion der Mm. piriformis und vastus lateralis	221
	<i>H. Michael Koch</i>	
4.5	Sinusitis und Otitis media	222
	<i>H. Michael Koch</i>	
4.6	Pseudoradikuläre Lumboischialgie	225
	<i>Hans-Ulrich Hecker, Kay Liebchen</i>	
4.7	Frontaler Kopfschmerz	226
	<i>Hans-Ulrich Hecker, Kay Liebchen</i>	
4.8	Chronische Epicondylopathia humeri radialis	227
	<i>Hans-Ulrich Hecker, Kay Liebchen</i>	

4.9	Schultergelenksbeschwerden	228
	<i>Hans-Ulrich Hecker, Kay Liebchen</i>	
4.10	Shin-Splint-Syndrom	229
	<i>Hans-Ulrich Hecker, Kay Liebchen</i>	
5	Schwangerschaft – Geburtshilfe – Nachsorge	231
	<i>Ansgar Römer</i>	
5.1	Kontraindikationen, Komplikationen und Anwendungsvoraussetzungen	232
5.2	Indikationen	233
5.2.1	Schwangerschaftsübelkeit (Hyperemesis gravidarum)	233
5.2.2	Sodbrennen	233
5.2.3	Erbrechen	233
5.2.4	Karpaltunnelsyndrom	233
5.2.5	Schwangerschaftsbedingte Kopfschmerzen	234
5.2.6	Schwangerschaftsbedingte Ödeme	234
5.2.7	Schwangerschaftsbedingte Wadenkrämpfe	234
5.2.8	Schwangerschaftsbedingte Schlafstörungen	234
5.2.9	Psychisch ausgleichende Gesamtregulation	235
5.2.10	Schwangerschaftsbedingte Rückenschmerzen, Ischialgie	235
5.2.11	Obstipation in Schwangerschaft und Wochenbett	235
5.2.12	Blasenentleerungsstörung	236
5.2.13	Beckenendlage	236
5.2.14	Geburtsvorbereitung	236
5.2.15	Protrahierter Geburtsverlauf (funktionelle Ursache)	236
5.2.16	Funktionsstörungen der Brust (Milchstau, Schmerz, Mastitis)	236
5.2.17	Nachgeburtliche Behandlungen	237
5.2.18	Postpartale Rückbildungsstörung und verstärkte Nachwehen	237
5.2.19	Symphysenlockerungsschmerz	238
5.2.20	Striae gravidarum	238
5.3	Anwendungstipps des Aku-Taping für Hebammen beim Neugeborenen	238
5.4	Fallbeispiele aus der Geburtshilfe	239
5.4.1	Karpaltunnelsyndrom	239
5.4.2	Hyperemesis gravidarum	239
5.4.3	Symphysenschmerz	240
5.4.4	Schwangerschaftsbedingte Rückenschmerzen, Ischialgie	240
5.4.5	Schwangerschaftsbedingte Rückenschmerzen, Ischialgie	241
5.4.6	Schwangerschaftsbedingte Hypertonie und Gestose	242
5.4.7	Fazit aus den Verlaufsbeschreibungen der Aku-Taping-Anwendung bei pathologischen Zuständen	242

Anhang 243

6	Literaturverzeichnis	244
7	Abbildungsnachweis	246
8	Bezugsquellen/Fortbildungsmöglichkeiten	247
9	Autoren	248
10	Sachverzeichnis	249