

Register

A

Abnormale Impuls generierende Stelle 140
 Achillessehnenruptur 554
 Achillodynie 554
 – Pain Guide 555
 Achsellücke
 – laterale 418
 – mediale 418
 Activities of daily Life, Funktions-
 training 100
 Adduktorengruppe, Selbst-
 dehnung 315
 Adenosintriphosphat s. ATP
 ADL (Activities of daily Life),
 Funktionstraining 100
 Aktinfilamente 20 f, 23
 Akupunkturnadeln, Triggerpunktbe-
 handlung 76 f
 Akupunkturpunkte 114
 Allodynie 47
 Alpha-Rezeptoren-Blocker 52
 Anamnese 65
 A α -Nervenfaser 23, 28
 A β -Nervenfaser 23, 28
 A γ -Nervenfaser 23, 28
 Ansa cervicalis 240
 Anterior Knee Pain (vorderer
 Knieschmerz) 10, 551
 Apprehension-Test 517
 Armabduktion 158
 Armbewegungsökonomie 130
 Arteria
 – femoralis 19
 – obturatoria 446
 –– Entrapment 445
 Arterien
 – extraneurale 136
 – intraneurale 136
 Arthrose 72
 – aktivierte 72
 – chronische 72
 Atemmuskulatur 266
 ATP (Adenosintriphosphat) 24 ff, 49
 – Nozizeptorsensibilisierung 33
 ATP-Bereitstellung 26
 ATP-Mangel 38, 49 f
 Außenrotatoren, Dauerkontraktion,
 leichte 53
 Autonom-vegetative Phänomene 13 f
 Autostretching 81, 92 f
 Axonende, postsynaptisches 22
 Axonotmesis 135
 Axonreflex 44, 50

Axonverletzung 135
 Azetylcholin 23, 50
 Azetylcholinfreisetzung,
 gesteigerte 52

B

Bauchwandmuskulatur 248, 264 ff
 Beckenbodenmuskulatur 300 f
 – transrektale Palpation 301
 Beinschmerz 2
 Beinvenenthrombose 556
 Belastbarkeit 98
 – reduzierte, Überlastung 55
 Belastung 98
 – andauernde, in verkürzter Posi-
 tion 53 f
 Beschleunigungsdetektor 29 f
 Bewegung
 – aktive, schmerzhafte 66 f
 – passive, endgradig schmerz-
 hafte 67
 Bewegungsablauf, repetitiver 54
 Bewegungseinschränkung 10
 – durch Bindegewebs-
 veränderung 60
 – muskelverkürzungsbedingte 60
 – Triggerpunkt-Therapie-Effekte 111
 Bewegungsökonomie des Armes 130
 Bewegungsprüfung 66 f
 Bewegungsstörung, skapulo-thora-
 kale 172
 Bewegungssystem, Funktions-
 modell 34 ff
 – konventionell-mechanisches 34
 Bewegungstherapie, funktionelle 123
 Bindegewebe
 – intramuskuläres 17 ff, 27, 39 f
 –– Adaptationsfähigkeit 18
 –– pathologische Crosslinks 38
 –– Remodellierung 90 f, 94
 –– Viskoelastizität 89
 ––– Triggerpunkt-Therapie-Ef-
 fekt 105
 –– Wassergehalt 89 f, 106 f
 –– Wirkung des Dehnens 89 ff, 106 f
 – Längsbelastungskurve 93
 Bindegewebsveränderung 60 f, 133
 – Entrapment-Neuropathie 140, 412
 – neurales Entrapment 145
 Bindegewebsverkürzung 39
 Bizepssehne, lange 518
 Blutgefäß(e)
 – Druckerhöhung, Hartspannstrang-
 bedingte 89

– Kompression, kontraktions-
 bedingte 54
 Blutgerinnungsstörung 145
 Bogen, schmerzhafter 516, 519
 Botulinumtoxin 52
 Botulinumtoxininjektion 77
 Bradykinin 33
 Bradykininkonzentration 42 f
 – Triggerpunkt-Therapie-Effekte 108
 Brustwirbelsäule, Screening-
 Tests 470 f
 Bursitis olecrani 530

C

Ca²⁺-Ionenpumpe, Dysfunktion 50
 Calcitonin Gene-related Peptide 42 ff
 – Konzentrationsmessung 42 f, 107
 Canalis obturatorius 296, 445 f
 CGRP s. Calcitonin Gene-related
 Peptide
 Chi (Lebensenergie) 113 f
 Chondromatose 530
 Cinderella-Hypothese 54
 Clinical Reasoning 62 ff, 117
 Coxarthrose 132, 550
 Creep 89

D

DASH-Score (Disability of Arm
 Shoulder and Hand) 102
 Deep Dry Needling 76 f
 Dehnen 81, 87 ff
 – Belastungsdauer 91 f
 – defiziente Form 88 f
 – dynamisches 92 f
 – effiziente Form 89
 – globales 92 f
 – intermittierendes 92 f
 – Komponente
 –– psychische 88
 –– reflektorische 88, 92
 –– strukturelle 88 ff
 – neuromuskuläre Technik 92 f
 – bei neuromuskulärem Entrap-
 ment 144
 – ohne vorgängige Triggerpunkt-
 Therapie 90
 – Reizintensität 91 f
 – selektives 92 f, 94
 – statisches 92 ff
 – nach Triggerpunkt-Therapie 90
 – Wirkung 88 ff
 –– unspezifische 92
 Dehnungsfühler 30 f

- Dejung, Beat 6 f
 Desensibilisierung 112
 Detonisierung 81, 87 ff
 – bei neuromuskulärem Entrapment 144
 Diaphragma (s. auch Zwerchfell) 280 f
 – Selbstbehandlung 281
 Differenzialdiagnose 70 ff
 Diffuse-noxious-Inhibitory-Control-Modell 109
 Disability of Arm Shoulder and Hand 102
 Diskopathie 509
 Diskushernie
 – lumbale 539, 543
 – zervikale 500, 534
 Double-Crush-Syndrom 139, 420
 Druckfestigkeit von Geweben 34
 Dry Needling 76 f
 – CGRP-Konzentrationsmessung 107
 – pH-Wert-Veränderung 108
 – Substanz-P-Konzentrationsmessung 107
 – Wirksamkeit 101
 Duchenne-Hinken 550
 Dupuytren-Kontraktur 394, 534, 538
 Durchblutung, lokale, Triggerpunkt-Therapie-Effekte 107
 Durchblutungsstörung 145
 – lokale, muskelverkürzungsbedingte 60
 Dysästhesien 59, 73
 Dysfunktion
 – artikuläre 72 f
 -- durch Bindegewebsveränderung 60
 -- biomechanische 110
 -- muskelverkürzungsbedingte 60
 -- muskulär verursachter 110
 – kraniomandibuläre 504 ff
 -- Gesamtstatikeinfluss 510, 511
 -- Halswirbelsäulenposition 510, 512
 -- Pain Guide 507
 -- Risikofaktoren 509
 -- Schmerzursachen 509
- E**
- Einheit, motorische 26
 Einzelfaszie 19
 Elektromyografie 16 f, 51
 – Stress-Situation 55 f
 Elektrotherapie 124
 Ellbogen
 – Bewegungstest, aktiver 478
 – Dehnungsprovokation 478
 – Engpasssyndrom 531
 – Screening-Test 478 ff
 – Widerstandstest 478 f, 482 f
 Ellbogenschmerz 2, 530 ff
 – Pain Guide 533
 – Triggerpunktlokalisierung 129
 Endomysium 17 f, 20, 39, 41
 – geschrumpftes 41
 Endoneurium 137
 Endorphinfreisetzung
 – Stimulation 124
 – Triggerpunkt-Therapie-Effekte 108
 Endphasenschmerz 67
 Endplatte, motorische 22
 – Dysfunktion 52
 Endplattenhypothese 51 f
 Endplattenspikes, elektromyografische 51
 Energiekrisenmodell 44, 48 ff
 Engpass-Stellen, muskuläre 143
 – Behandlung 144
 Engpasssyndrom
 – Ellbogen 531
 – Unterarm 534
 Entrapment 462 f
 – intramuskuläres 463
 – neuromuskuläres 146, 412 ff, 534 f
 -- Behandlung 413
 -- durch Bindegewebsveränderung 60, 412
 -- muskelverkürzungsbedingtes 60
 -- Nervenwurzelbereich 413
 Entrapment-Neuropathie 134 ff
 – Anamnese 140
 – Ätiologie 140
 – Engpass-Stellen 143
 – muskuläre 135 f
 – Nervenleitungsstest 142
 – neurodynamische Tests 141 f
 – Therapie 142 ff
 -- Vorgehen 144
 Entzündung 145
 – neurale 139
 Entzündungsmediatoren 33, 44
 – Triggerpunkt-Therapie-Effekte 108
 Epimysium 17 ff
 Epineurium 137
 Ergonomie 100
 Ernährung 55, 125
 Erstbehandlung 116
 – Checksite 117
 Extremität
 – obere, neuromuskuläres Entrapment 414 ff
 – untere, neuromuskuläres Entrapment 437 ff
- F**
- Facettensyndrom 539, 546
 Fascia
 – lata 19
 – thoracolumbalis 281 ff
 -- Dysfunktion 283
 -- Mobilisation 284
 Fast-Twitch-Muskelfasern 26 f
 Faszie 17 ff
 – Plastizität 19
 Fasziendehnung 79 ff, 91
 Faszienkontraktion 19
 Faszientrennung 80 ff
 Fehlbelastung, mechanische 58
 Fehlernährung 126
 Fersengang 495 f
 Fersensporn 557
 Fibromyalgie 73 f
 – Druckschmerzstellen 73
 – Unterscheidung von myofaszialem Schmerz 73 f
 Fibromyositis 5
 Fibrositis 5
 Fingerarthrose 534
 Fingerextensoren 384 ff
 – Selbstdehnung 387
 Fingerflexoren 395, 398 f
 Fluss, axoplasmatischer 138 f
 – druckbedingte Störung 139
 Folgebehandlung 118
 Fremddehnung 92 f
 Frohse-Arkade 426, 429
 Funktionstraining s. Training, funktionelles
 Funktionsuntersuchungen 66 ff
 Fuß 495 f
 Fußmuskulatur 330 ff, 354 ff
 – funktionelles Training 353, 363
 – kurze, Selbstdehnung 363
 Fußschmerz 556 ff
 – muskulärer 557
 – Pain Guide 559
- G**
- Gate-Control-Mechanismus 45 f, 109, 124
 Gauß-Glockenkurve 464
 Gelenkblockierung 72
 Gelenkdysfunktion 72 f
 – durch Bindegewebsveränderung 60
 – muskelverkürzungsbedingte 60
 Gelenkinstabilität 73
 Gelenkschaden, traumatischer 73
 Gelenkveränderung, degenerative 72 f
 Gesäßmuskulatur 286 ff
 Gesichtsmuskulatur 244 f

- Gewebe
- Druckfestigkeit 34
 - kollagenes, Deformierungskurve 105
 - Zugfestigkeit 34
- Gewebsnekrose, lokale 51
- Gleitdysfunktion, neurale 134, 412
- Gleitlager, skapulo-thorakales 188 f
- Mobilisation 188 f
- Gleitschichten, intermuskuläre, manuelle Lösung 80
- Glykolyse
- aerobe 26
 - anaerobe 26
- Golferellenbogen 530
- Golgi-Sehnenorgan 30
- Gruppenfaszie 19
- Gyon-Tunnelsyndrom 534
- H**
- Hals 190 ff
- Halsmuskeln
- prävertebrale 190
 - seitliche 190
- Halswirbelsäule
- Beschleunigungstrauma 130 f
 - Bewegungskomponenten 465 ff
 - neuromuskuläres Entrapment 143
 - Screening-Tests 465 ff
 - Befundinterpretation 467 f
- Handeln, therapeutisches, sinnvolles 116
- Handextensoren 380 ff
- Selbstdehnung 383
- Handflexoren 395 ff
- Handgelenkarthrose 534
- Handmuskulatur 374 ff
- Handschmerz 534 ff, 536 ff
- Pain Guide 537 f
- Handwurzelknochen, Mobilisation 535
- Hartspannstrang 9 ff, 14, 51
- Auswirkung 89
 - Dehnung 88 f
 - Detonisierung 109
 - Entrapment-Neuropathie 140, 412
 - Folgen 59 f
 - Lösung 94
 - maximal druckschmerzhafte Stelle 68
 - Palpation 10, 68
 - Schmerzprovokation 68
- Hautschmerz 32, 47
- Hautverletzung 145
- Heimprogramm 121
- Hinterhornmodalität
- kontrollierte 46
 - sensibilisierte 46
 - unterdrückte 46
- Hinterhornneuronsensibilisierung 45 f
- Histaminfreisetzung 108
- Histologie 17
- Holografie 114
- Hüftgelenk 486 ff
- Screening-Tests 489 ff
- Hüftmuskulatur 302 ff
- Hüftschmerz 547 ff
- Pain Guide 549
- Humunculus 507
- Hypästhesie 59
- Hyperalgesie 47
- Hypermobilität 73
- Hypothenarmuskeln 408 f
- Hypoxie, lokale 49 f
- begünstigende Faktoren 51
 - Normalisierung 75
- I**
- ICF-Klassifikation (Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit) 62
- Iliosakralgelenk-Dysfunktion 545
- Immunsystem, Triggerpunkt-Therapie-Effekte 110
- Impingement-Syndrom 516, 519
- IMS (International Myopain Society) 6, 8
- IMTT (Interessengemeinschaft für Myofasziale Triggerpunkt-Therapie) 8
- Infektion 145
- chronische 58
- Input, Schmerzwahrnehmung 63
- Inspektion 66
- Instabilität, lumbale
- funktionelle 545
 - strukturelle 545
- Interdigitalmuskeln 410 f
- Interessengemeinschaft für Myofasziale Triggerpunkt-Therapie 8
- International Myopain Society 6, 8
- Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit 62
- Interozeption 31
- Interozeptionsstörung durch Bindegewebsveränderung 60
- Intertester-Reliabilität 15 f
- Intervertebralgelenk-Dysfunktion 545
- Intratester-Reliabilität 15
- Ischämie, Entstehung 54
- K**
- Kälteapplikation s. Kryotherapie
- Karpaltunnelsyndrom 420, 534, 538
- Kaumuskeln 220, 233, 510
- muskuläres Gleichgewicht 510, 511
- Kaumuskelschlinge 220
- Kette
- funktionelle 127
 - kinetische 127
 - strukturelle 127
- Kiefer 220 ff
- Screening-Test 497 f
- Kiefermuskulatur, Übungen 235
- Kieferturnen 235
- Kinesiotaping 123
- Knie
- Belastungsprovokation 493, 495
 - Dehnungsprovokation 493 f
 - Screening-Test 493
- Kniemuskulatur 302 ff
- Knieschmerz 551 ff
- myofaszialer 551
 - Pain Guide 553
 - vorderer 10, 551
- Kniestreckdefizit 553
- Knochen-Sehnen-Übergang, Referred Pain 69
- Knötchen 10, 14
- Kokzygodynie 546
- Kollagenasefreisetzung durch Dehnen 89, 105 f
- Kollagenfasern 17 f
- Kompartmentsyndrom, Unterschenkel 556
- Kompressionsdysfunktion, neurale 134, 412
- Konditionierung 47
- Kontraktionsknoten 37 f, 49
- Lösung 104
- Konvergenz-Projektionstheorie, modifizierte 47 f
- Koordinationsstörung
- durch Bindegewebsveränderung 60
 - Hartspannstrang-bedingte 59, 89
 - Triggerpunkt-induzierte 11, 59
 - Triggerpunkt-Therapie-Effekte 111
- Koordinationstraining, effektives 100
- Kopf 220 ff
- Kopfschmerz 2, 500 ff
- Pain Guide 503
 - Triggerpunktlokalisation 129
 - Warnsymptome 500
- Kopftranslation nach ventral, habituelle 66
- Körperfühlbarkeit 123
- Koxarthrose 132, 550

- Kraft
 – Funktionstest 67
 – Widerstandstest 67 f
 Kräftigungstherapie 13
 Kräftigungstraining, effektives 100
 Krafttraining 12, 123
 Kraftübertragung 18
 Krankheitsgewinn, sekundärer 125
 Kreatinphosphat 26
 Kryotherapie 85 f, 124, 142
 – Triggerpunktbehandlung 77
 Kubitaltunnelsyndrom 396
- L**
- Lacuna
 – musculorum 273
 – vasorum 273
 Lebensenergie 113 f
 Leistenschmerz 547 ff
 – Pain Guide 549
 Leitungsblock, metabolischer 138
 Lenden-Becken-Hüfte-Region 486 ff
 – Screening-Test 486 ff, 491 f
 Lernen, somatopsychisches 123
 Ligamentum inguinale 273
 Local Twitch Response s. Zuckungsreaktion, lokale
 Logensyndrom 556
 Lokalanästhetikuminfiltation 77
 Low Back Pain 130, 259, 271, 292, 489, 539 ff
 – chronischer 543
 – konservative Behandlung 544
 – Operationsindikation 544
 – Triggerpunktlokalisation 129
 L-System 22
 Lymphsystem, Triggerpunkt-Therapie-Effekte 107
- M**
- Manualtherapie
 – gelenkspezifische 123
 – Muskulatur 146 ff
 – nervenspezifische 123
 Massage, Geschichte 4
 Mechanorezeptor 29
 – myofaszialer 29 f
 Membran, postsynaptische 22
 – Dauerpolarisation 50
 Membrana obturatoria 445
 Meniskusläsion 551
 Meralgia paraesthetica 442
 Mesoneurium 137
 Mikrodialyse 42 f, 48
 Mini-Entrapment, neuromuskuläres 60
 – distales 462 f
 Mobilisatoren, globale 28, 130
 – indicis 384 ff
 – pollicis
 – brevis 388 f
 – longus 388 f
 – flexor
 – carpi
 – radialis 396 f
 – ulnaris 396 f
 – digiti minimi 408 f
 – digitorum
 – brevis 354 ff
 – longus 342 f
 – profundus 398 f
 – superficialis 398 f
 – hallucis
 – brevis 358 ff
 – hallucis
 – longus 342 f
 – pollicis
 – brevis 404 ff
 – longus 400 f
 – frontalis 246 f
 – gastrocnemius 334
 – gemellus
 – inferior 294 f
 – superior 294 f
 – geniohyoideus 220, 236 ff
 – gluteus
 – maximus 288 f
 – Selbstdehnung 289
 – medius 290 f
 – minimus 290 f
 – gracilis 316 f
 – Selbstdehnung 317
 – iliacus 270, 273, 438
 – iliocostalis 252 ff
 – iliopsoas 270, 273, 438, 440
 – Dehnen 96 f
 – Selbstdehnung 273
 – infraspinales 154 f, 418
 – intercostales 278 f
 – interossei 358 ff
 – dorsales 410 f
 – palmares 410 f
 – interspinales 253
 – intertransversarii 253
 – ischiocavernosus 300
 – ischiocrurales, Dehnen 97
 – latissimus dorsi 164 f, 282
 – Dehnen 97
 – Selbstdehnung 165
 – levator
 – ani 300
 – scapulae 196 ff
 – Selbstdehnung 199
 – longissimus 252 f
 – capitis 214 ff, 253
 – cervicis 214 ff, 253
 – triggerpunktinduzierte 59
 – muskuläre Entrapment-Neuropathie 136
 Mundöffnung 237
 Musculus(-i)
 – abdominales 264 ff
 – Geradssystem 265
 – Schrägsystem 265
 – abductor
 – digiti minimi 354 ff, 408 f
 – hallucis 354 ff
 – pollicis
 – brevis 404 ff
 – longus 388 f
 – adductor
 – brevis 19, 312 f
 – hallucis 358 ff
 – longus 19, 312 f
 – magnus 19, 314 f
 – pollicis 404 ff
 – anconeus 366 ff
 – biceps
 – brachii 370 f
 – Selbstdehnung 371
 – femoris 19, 324 ff
 – brachialis 372 f
 – Selbstdehnung 373
 – brachioradialis 378 f
 – bulbospongiosus 300
 – coracobrachialis 170 f
 – Nervus-musculocutaneus-Durchtritt 417
 – deltoideus 150 f, 418
 – Selbstdehnung 151
 – digastricus 236 ff
 – epicranium 246 f
 – erector spinae 252 ff, 282
 – Geradssystem 254
 – Schrägsystem 254
 – Trakt
 – lateraler 252
 – medialer 252, 256
 – zervikaler 214 ff
 – Selbstdehnung 217, 219
 – extensor
 – carpi
 – radialis brevis 380 ff
 – radialis longus 380 ff
 – ulnaris 380 ff
 – digitorum
 – brevis 352 f
 – communis 384 ff
 – longus 348 f
 – hallucis
 – brevis 352 f
 – longus 348 f

- thoracis 253
 - longus
 - capitis 208 ff
 - colli 208 ff
 - lumbricales 358 ff, 410 f
 - masseter 220, 224 f
 - multifidi 214 ff, 252 f
 - mylohyoideus 220, 236 ff
 - obliquus
 - capitis
 - inferior 218 f
 - superior 218 f
 - externus abdominis 264 ff, 268, 282
 - internus abdominis 264 ff, 282
 - obturatorius
 - externus 296 f, 445 f
 - internus 294 f, 445 f
 - occipitalis 246 f
 - occipitofrontalis 246 f
 - omohyoideus 240 ff
 - Offenhalten der Vena jugularis interna 240
 - opponens
 - digiti minimi 408 f
 - pollicis 404 ff
 - orbicularis oculi 244 f
 - palmaris
 - brevis 408 f
 - longus 394 f
 - pectineus 310
 - pectoralis
 - major 166 ff
 - Selbstdehnung 169
 - minor 172 ff, 415
 - Selbstdehnung 175
 - peroneus
 - brevis 350 f
 - longus 350 f, 453
 - tertius 350 f
 - piriformis 292 f, 449 f
 - Dehnen 97, 293
 - transrektale Palpation 301
 - plantaris 334
 - popliteus 328 f
 - pronator
 - quadratus 402 f
 - teres 392 f, 419 ff
 - psoas
 - major 270, 273, 438, 443 f
 - minor 270, 438
 - pterygoideus
 - lateralis 220, 232 ff
 - medialis 220, 230 f, 233
 - pyramidalis 264 ff
 - quadratus
 - femoris 298 f
 - lumborum 258 ff, 282
 - Dehnen 97
 - Dehnen, globales 93, 95
 - Dehnen, selektives 94
 - primärer Triggerpunkt 56
 - Referred-Pain-Gebiet 57
 - Selbstdehnung 263
 - plantae 358 ff
 - quadriceps femoris 318 ff, 440
 - rectus
 - abdominis 264 ff, 269
 - capitis
 - anterior 208 ff
 - lateralis 208 ff
 - posterior major 218 f
 - posterior minor 218 f
 - femoris 318 ff
 - Selbstdehnung 323
 - rhomboideus
 - major 180 f
 - minor 180 f
 - rotatores 252 f
 - cervicis 214 ff
 - sartorius 19, 308 f
 - scalenus
 - anterior 204 ff, 415
 - medius 204 ff, 415
 - posterior 204 ff
 - semimembranosus 19, 324 ff
 - semispinalis
 - capitis 214 ff
 - cervicis 214 ff
 - semitendinosus 19, 324 ff
 - serratus
 - anterior 176 ff
 - Selbstdehnung 179
 - posterior
 - inferior 276 f, 282
 - superior 274 f
 - soleus 338 ff, 456 f
 - sphincter ani externus 300
 - splenius
 - capitis 212 f, 253
 - cervicis 212 f, 253
 - sternocleidomastoideus 200 ff
 - Selbstbehandlung 203
 - Selbstdehnung 203
 - sternocleidomastoideus, Triggerpunkt 130
 - sternohyoideus 240 ff
 - sternothyroideus 240 ff
 - stylohyoideus 236 ff
 - subclavius 186 f, 415
 - suboccipitales 218 f
 - Selbstdehnung 219
 - subscapularis 158 ff, 518
 - Selbstdehnung 161
 - Triggerpunkte, primäre 159
 - Zugang 159
 - supinator 390 f
 - Selbstbehandlung 391
 - supraspinatus 152 f, 418
 - Selbstdehnung 153
 - temporalis 220, 226 ff, 233
 - tensor fasciae latae 306 f
 - Dehnen 97
 - Referred Pain 9 f
 - Triggerpunkte 9
 - teres
 - major 162 f, 418
 - minor 156 f, 418
 - thyrohyoideus 240 ff
 - tibialis
 - anterior 346 f
 - posterior 344 f
 - Selbstdehnung 343
 - transversus
 - abdominis 264 ff, 282
 - perinei
 - profundus 300
 - superficialis 300
 - trapezius
 - ascendens 184 f
 - Heimübung 185
 - descendens 192 ff
 - Dehnung 87
 - Referred Pain 2
 - Selbstdehnung 195
 - Triggerpunkte 2
 - transversus 182 f
 - triceps brachii 366 ff, 418
 - vastus
 - intermedius 19, 318 ff
 - lateralis 19, 318 ff
 - medialis 19, 318 ff
 - zygomaticus 244 f
- Muskel(n) 17 f
- Bindegewebsanteil 19
 - globale 130
 - infrahyoidale 220, 240 ff, 510, 511
 - lokale 130
 - mimische 220
 - phasischer 26 f
 - prävertebrale, tiefe 208 ff
 - funktionelles Training 211
 - Selbstdehnung 210
 - Rezeptorfunktion 28 f
 - Skapula stabilisierende, funktionelles Training 179
 - suprahyoidale 220, 236 ff, 510, 511
 - tonischer 26 f
- Muskelaktivierungsmuster 12
- Muskelaktivität
- dynamisch-exzentrische 27
 - dynamisch-konzentrische 27
 - exzentrische 54
 - isometrische 27

- isotonische 27
 - Muskelbindegewebe s. Bindegewebe, intramuskuläres
 - Muskeldehnung 11, 14
 - Muskelentspannung, verzögerte 59
 - Muskelermüdbarkeit, erhöhte 59
 - Muskelfaser(n) 17 f, 20
 - Aktivierungsmuster 27
 - Dauerkontraktion 37 f, 50
 - extrafusale 26
 - intermediäre 26
 - intrafusale 26
 - rote 26
 - Triggerpunkt-Therapie-Effekte 104
 - Verletzung 50
 - weiße 26
 - Wirkung des Dehnens 88 ff
 - Muskelfaserbündel 17 f
 - kontrakte 2, 10
 - Muskelfasernekrose, ischämische 40
 - Muskelfaserregeneration 36 f
 - Muskelfaserzellen 20
 - Muskelfehlbelastung, muskelerkürzungsbedingte 60
 - Muskelfunktion, Ernährungsfaktoren 55
 - Muskelkontraktion 23, 38
 - schmerzhafte 11, 14
 - Verlangsamung 59
 - Muskelläsion, Schmerz 33
 - Muskelmassage, tiefgreifende, schmerzhafte 87
 - Muskelpumpe, Wirkungsminderung, Hartspannstrang-bedingte 89
 - Muskelregeneration nach Verletzung 36 f
 - Muskelerheumatismus 4
 - Muskelschmerz 32, 47
 - chronischer, Nozizeptionsveränderung 44 ff
 - ischämischer 33
 - läSIONSbedingter 33
 - lokaler 32
 - Muskelschwäche 12 f, 14
 - triggerpunktinduzierte 59
 - Triggerpunkt-Therapie-Effekte 111
 - Muskelspindel 30 f
 - Effektorfunktion 31
 - Rezeptorfunktion 31
 - Muskelspindelafferenz 28
 - Muskelsystem
 - mobilisierendes 27 f
 - stabilisierendes 27 f
 - Muskeltonus
 - erhöhter 49, 51
 - Entrapment-Neuropathie 140
 - psychische Faktoren 54 f
 - senkende Maßnahmen 124
 - Triggerpunkt-Therapie-Effekte 109
 - Muskelüberlastung, muskelerkürzungsbedingte 60
 - Muskelerkürzung, Hartspannstrang-bedingte 59 f, 89 f
 - Muskelerletzung, Regeneration 36 f
 - Muskelzelle s. Muskelfaser
 - Muskulatur
 - Innervation 23
 - ischiokrurale
 - Dehnung 326
 - Selbstbehandlung 341
 - manuelle Therapie 146 ff
 - prätibiale, Selbstdehnung 347
 - Myalgie 5
 - Myofasiales Syndrom s. Schmerzsyndrom, myofasiales
 - Myofibrillen 17 f, 20
 - Myofibroblast 40
 - Myogelose, Biopsie 37
 - Myoglobinkonzentration im Blutplasma 104
 - Myosinfilament 20 f, 23
- N**
- Nacken 190 ff
 - Nackenflexion, passive 141
 - Nackelmuskulatur
 - Faserrichtung 215
 - Schichttiefe 215
 - Verspannung 143
 - Nackenschmerz 3, 500 f
 - Pain Guide 503 f
 - Nährstoffmangel 55
 - Narbe, neurales Entrapment 144
 - Nerv
 - Blutversorgung 136 f
 - Durchblutungsstörung, druckbedingte 136 f
 - Leitungsblock, metabolischer 138
 - motorischer, Zusammensetzung 28 f
 - peripherer
 - Bindegewebe 137
 - Mechanosensitivität 137 f, 141
 - Reaktion auf mechanischen Reiz 136
 - Schrankenfunktionsstörung, druckbedingte 139
 - Nervenbahn, Druckerhöhung, Hartspannstrang-bedingte 89
 - Nervendurchblutung 73
 - Nervenendigung, freie 29 f
 - Nervenfasern
 - motorische 28
 - sensorische 28 f
 - vasomotorische 28 f
 - Nervenfasertypen 23
 - Nervengewebe
 - Durchblutung 136
 - Längendehnung 137
 - Nervenimpuls, abnormale generierende Stelle 140
 - Nervenkompression 73
 - indirekte 412
 - Nervenkompressionssyndrom, peripheres s. Entrapment-Neuropathie
 - Nervenleitungstest 142
 - Nervenplexus s. auch Plexus
 - neuromuskuläres Entrapment 143
 - Nervenregeneration 135
 - Nervenstrecke, distale, Entrapment 462 f
 - Nervenverlaufsvariante, Entrapment-Neuropathie 140
 - Nervenverletzung, periphere 135
 - Nervenwachstumsfaktor 33
 - Nervenwurzel, neuromuskuläres Entrapment 142
 - Nervenwurzelblock 544
 - Nervenwurzelkompression 413 f, 437
 - Nervus(-i) 182 f
 - accessorius 182, 184, 192, 200
 - axillaris 150, 156, 415
 - Entrapment 414, 416
 - sensibles Innervationsgebiet 418
 - buccalis, Verlaufsvariante 140
 - cutaneus femoris lateralis 442 ff
 - Entrapment 437, 442
 - neurodynamischer Test 442
 - digitalis, Entrapment 411
 - dorsalis scapulae 180, 196
 - facialis 236, 244, 246
 - femoralis 308, 310, 319, 444
 - Entrapment 437, 439 ff
 - neurodynamischer Test 439, 441
 - Verlauf 440
 - fibularis s. Nervus peroneus
 - genitofemoralis 443 f
 - Entrapment 437, 443
 - gluteus
 - inferior 288
 - superior 290, 306
 - iliohypogastricus 265, 443 f
 - Entrapment 437, 443
 - ilioinguinalis 265, 443 f
 - Entrapment 437, 443
 - intercostales 258, 265, 274, 276, 278
 - ischiadicus 19, 447 ff
 - Entrapment 437, 447, 449
 - neurodynamischer Test 447
 - sensibles Innervationsgebiet 448
 - Verlauf 449
 - Verlaufsvariante 140
 - massetericus 224

- medianus 392, 394, 396, 398, 400, 402, 404, 410, 415, 419 ff
 - Entrapment 392, 414, 419
 - neurodynamischer Test 420, 423 ff
 - sensibles Innervationsgebiet 419
 - Verlaufsvariante 140, 421 f
 - musculocutaneus 170, 370, 415
 - Entrapment 414, 416
 - sensibles Innervationsgebiet 417
 - obturatorius 296, 312, 314, 316, 444 ff
 - Entrapment 296, 437, 445
 - neurodynamischer Test 445
 - occipitalis major
 - Entrapment 193, 215, 458 f
 - neurodynamischer Test 458
 - sensibles Innervationsgebiet 459
 - pectorales 166, 172, 415
 - peroneus 453 ff
 - communis 324, 450, 453, 455
 - Entrapment 437, 453
 - neurodynamischer Test 454
 - profundus 346, 348, 350, 352, 454 f
 - sensibles Innervationsgebiet 454
 - superficialis 350, 453, 455
 - Verlauf 455
 - phrenicus 280, 415
 - plantaris
 - lateralis 354, 359
 - medialis 354, 359
 - pterygoideus
 - lateralis 232
 - medialis 230
 - pudendus 300 f
 - radialis 367, 378, 380, 390, 414, 415, 418, 426 ff
 - neurodynamischer Test 428, 431
 - Ramus profundus 384, 388
 - Entrapment 426 f
 - Ramus superficialis
 - Entrapment 381, 426 f
 - Normvariante 430
 - Verlaufsvariante 140
 - sensibles Innervationsgebiet 426
 - Verlaufsvariante 427 ff
 - saphenus 439
 - spinalis s. Spinalnerv
 - subclavius 186, 415
 - subcostalis 258
 - suboccipitalis 218
 - subscapularis 158, 162, 415
 - suprascapularis 152, 154, 418
 - temporalis profundus
 - anterior 226
 - posterior 226
 - thoracicus longus 176, 415
 - thoracodorsalis 162, 164, 415
 - tibialis 314, 324, 328, 334, 338, 342, 344, 354, 359, 456 f
 - Entrapment 338, 437, 456 f
 - neurodynamischer Test 456
 - sensibles Innervationsgebiet 456
 - Verlauf 457
 - trigeminus 236
 - ulnaris 396, 398, 404, 408, 410, 415, 432 ff
 - Entrapment 396, 398, 414, 432 f
 - neurodynamischer Test 434 ff
 - Ramus profundus, Entrapment 409, 435
 - sensibles Innervationsgebiet 432
 - Neurale Struktur, Mobilisierung 144
 - Neurapraxie 135, 138
 - Neurodynamik 141
 - Neurodynamikstörung 134
 - Triggerpunkt-Therapie-Effekte 111
 - Neuron, nozizeptives, Übererregbarkeit 46
 - Neurotmesis 135
 - Nozizeptionsstörung durch Bindegewebsveränderung 61
 - Nozizeptor 29, 32, 64
 - efferente Funktion 33
 - polymodaler 32
 - Sensibilisierung 33, 44 ff
 - stummer 34
 - unimodaler 32
 - Nozizipation 32 ff
- O**
- Oberarm-Ohr-Kontakt 478
 - Oberarmmuskulatur 364 ff
 - Oberflächenfaszie, dysfunktionale
 - Entrapment-Neuropathie 140, 412, 462
 - Nervendurchtritt 143
 - Oberschenkelmuskulatur 302 ff
 - Ödem, muskelverkürzungsbedingtes 60
 - Okzipitalneuralgie 215
 - Osteoporose 145
 - Output-Schmerzmechanismus 46 f, 63 f
- P**
- Pacini-Rezeptor 29 f
 - Pain Guide 499
 - Pain Recognition 9, 14
 - Palpation 68
 - differenzierte 69
 - Parästhesien 59, 73
 - Patrick-Test 490, 492
 - Pause, therapeutische 120 f
 - Perforanten-Trias 61, 462
- Perimysium 17 f, 20, 39, 41
 - externum 20
 - internum 20
 - Perineurium 137
 - Innervationsstörung, druckbedingte 139
 - pH-Wert
 - Messung 42 f
 - Triggerpunkt-Therapie-Effekte 108
 - verminderter, Nozizeptoren-sensibilisierung 33
 - Piercing-Griff 84
 - Pinzettengriff 82, 84
 - Palpation des Hartspannstrangs 68 f
 - PKB-Test (Prone-Knee-Bend-Test) 438, 439, 441
 - Planta pedis
 - Muskeln
 - oberflächliche 354 ff
 - tiefe 358 ff
 - Triggerpunkte, Selbstbehandlung 362
 - Platysma 244 f
 - Plexus
 - brachialis 415
 - neuromuskuläres Entrapment 414 f
 - ULNT 414
 - cervicalis 192, 196, 200, 204
 - lumbalis 270, 438, 444
 - Entrapment 437 f
 - neurodynamischer Test 438
 - lumbosacralis 438
 - Entrapment 437
 - neurodynamischer Test 438
 - sacralis 292, 294, 298, 300
 - Plica-Syndrom 530
 - Polyarthrose 534
 - Probebehandlung 70
 - Pronator-teres-Syndrom 392, 420
 - Prone Knee Bend 141
 - Prone-Knee-Bend-Test 438, 439, 441
 - Propriozeption 31
 - Propriozeptionsstörung 11, 14
 - durch Bindegewebsveränderung 60
 - Triggerpunkt-Therapie-Effekte 111
 - Prostaglandin E2 33
- Q**
- Quadrizepstraining 13
- R**
- Radfahrerlähmung 534
 - Reassessment 70 ff
 - bei Therapieresistenz 125 f
 - Referred Pain 2, 4, 9, 13 f, 32, 47 f

- Mechanismus 47 f
 - Referred Pain-Gebiet, Triggerpunkt-Therapie-Effekte 110
 - Referred Pain-Muster 146
 - Rehabilitation, aktive 98
 - Reizleitung, antidrome 140
 - Reizsummation 46
 - Repräsentation, kortikale 507
 - Retikulum, sarkoplasmatisches 22
 - Rezeptortypen, intramuskuläre 29
 - Rheumatisch-entzündliche Krankheit 73
 - Rhizarthrose 538
 - Rhythmus, skapulo-humeraler, Störung 162, 196
 - Rigorkomplexe 115
 - Dekontraktion 104
 - Rippen-Wirbel-Gelenk, Dysfunktion 524
 - Rolf, Ida P. 6
 - Rotatorenmanschettenruptur 517
 - Rückenmark, Verschaltungsreorganisation, funktionelle 46 f
 - Rückenmuskulatur 147, 248
 - Rückenschmerz 2
 - chronischer 546
 - erfolglos behandelter 111
 - manuelle Triggerpunkt-Therapie 101 f, 111
 - myofaszialer 543
 - tiefer, unspezifischer s. Low Back Pain
 - Ruffini-Rezeptor 29 f
 - Rumpf 248 ff
- S**
- Sarkomer 20 f
 - Strukturproteine 21, 24
 - Sarkoplasma 21
 - Satelliten-Triggerpunkte 56 f, 128
 - Satellitenzellen 36
 - Sauerstoffmangel 38
 - Sauerstoffpartialdruck-Messung 40 f
 - Scapula alata 177
 - Schere, kostoklavikuläre 414 f
 - Schmerz
 - abnehmender 118 f
 - ausstrahlender
 - Meridianbahn 114
 - triggerpunktinduzierter 59
 - Desensibilisierung 112
 - Diagnostik 64
 - Gegenirritation 109
 - interskapulärer 177, 520 ff
 - Pain Guide 522
 - Triggerpunktlokalisation 129
 - klinischer 119
 - kognitiv-verhaltenszentrierter
 - Aspekt 111 ff
 - kraniomandibulärer, arthrogener 509
 - lumbo-ischialgiformer 292
 - lumbosakraler 271, 540, 542
 - Pain Guide 541
 - muskulär verursachter 2, 4, 72
 - muskuläre Entrapment-Neuropathie 136
 - myoarthropathischer 510
 - myofaszialer 65 ff
 - ältere Begriffe 5
 - Chronifizierung
 - durch Bindegewebsveränderung 60, 133
 - periphere 133
 - zentrale 133
 - Diagnostik 62 ff
 - kettenförmige Ausbreitung 127
 - Management 115 f
 - Point of no Return 131
 - Therapie 75 ff
 - Behandlungsschritte 133
 - Wirksamkeit 101 ff
 - Therapieresistenz 125 f
 - Unterscheidung von Fibromyalgie 73 f
 - Neubewertung 111
 - neurogener 64
 - neuromuskuloskelettaler, Quellen 64
 - nicht adäquater 145
 - nozizeptiver 64
 - stärker werdender 118
 - subskapulärer 205, 520 ff
 - Pain Guide 522
 - therapeutischer 86, 109, 112 f, 118
 - übertragener s. Referred Pain
 - viszeral bedingter 73
 - Wiedererkennen 9, 14
 - Schmerzafferenzen 54
 - Schmerzakzeptanz 131
 - Schmerzinhibition 46
 - deszendierende 46, 109
 - Aktivierung 112
 - verminderte 46
 - Schmerzkontrollsystem, körpereigenes, Stimulation 124
 - Schmerzlinderung 124
 - Schmerzlokalisierung 9
 - Schmerzmechanismus 63 f
 - peripher-neurogener 63 f
 - peripher-nozizeptiver 63 f
 - peripherer 45, 47, 63
 - zentraler 45 ff, 63 f
 - Schmerzmediatoren, Modulation 107
 - Schmerzmuster 64
 - komplexes 127
 - zentrales, maladaptives 64
 - zusammengesetztes 127
 - Schmerzqualität 9, 59
 - Schmerzsyndrom
 - myofasziales 13, 61, 132
 - akutes 61, 133
 - chronisches 61, 133
 - Definition 132
 - Energiekrisenmodell 49 ff
 - Geschichte 4
 - perpetuierende Faktoren 132
 - primäres 61, 73, 132
 - psychosoziale Faktoren 126
 - sekundäres 58, 73, 125, 132, 548, 553
 - patellofemorales 551
 - Schmerzübertragung 5
 - Schmerzursache, Vorstellungen des Patienten 111
 - Schmerzverarbeitung, veränderte 48
 - Schmerzverlauf, Interpretation 118 ff
 - Schmerzvermeidungsverhalten 112
 - Schmerzwahrnehmung 63
 - Differenzierung 112
 - Schneiden 82
 - Schreckmuster 55
 - Schulter 147 ff
 - Bewegungstests 471 ff
 - Dehnungsprovokation 477
 - Screening-Tests 471 ff
 - Befundinterpretation 473 f, 476
 - Widerstandstests 471, 475 f
 - Schulter, Endphasenschmerz 516
 - Schulter-/Armschmerz 275
 - Schulterblattlateralisierung 66 f
 - Schulterblattschmerz, medialer 205
 - Schulterblattstabilisatoren 518
 - Schulter-Brust-Arm-Schmerz 172
 - Schultergelenkinstabilität 517
 - Schultergürteldepression 416
 - Schulterrehabilitation, postoperative
 - manuelle Triggerpunkt-Therapie 102
 - Schulterschmerz 152, 512 ff
 - chronischer 518
 - myofaszialer 513, 516
 - Pain Guide 515
 - Screening-Test 516
 - Triggerpunktlokalisation 129
 - Schultersteife 518
 - Schürzengriff 153
 - Schwindel 501
 - Screening-Tests 464 ff
 - Selbstbehandlung 121
 - Selbstdehnung 81, 92 f
 - Sensibilisierung
 - periphere 44
 - zentrale 45 f

- Sensorische Störung, muskuläre
 Entrapment-Neuropathie 135
 Septum intermusculare 19
 – femoris
 -- laterale 19
 -- mediale 19
 -- posterius 19
 Serotonin 33
 Sichtweise, holodynamische 115
 Simons, David G. 6
 Skalenuslücke 205
 Skapulalateralisierung 66 f
 Skelettmuskulatur s. Muskel; s.
 Muskulatur
 SLR (Straight Leg Raise) 141, 450,
 490
 SLR-Test 438, 447, 450 f, 454, 456,
 492
 Slump 141
 Slump-Test 438, 445, 447, 452, 454,
 456
 – femoraler 439
 Spannungskopfschmerz 3, 501
 Spannungssensoren 30
 Spatium quadrilaterale 416, 418
 Spinalnerv, Rami dorsales 460 f
 – Entrapment 460
 – neuraler Test 460
 Spinalstenose 544
 Spine-Test 486, 488
 Spondylolisthesis 413
 Spondylolyse 413
 Sprunggelenk, unteres, rezidivieren-
 des Inversionstrauma 100, 111
 Stabilisatoren
 – Dysfunktion 130
 – globale 27 f, 130
 -- kompensatorische Überla-
 stung 130
 – lokale 27, 130
 -- Inhibition 130
 -- verzögerte Aktivierung 130
 Stenose, foraminale 545
 Stoffwechselfunktionsstörung 58
 Stomathognathes System 508, 511
 Stoßwellen, extrakorporale, Trigger-
 punktbehandlung 77
 Straight Leg Raise 141
 Stress, chronischer 55 f
 Stretching 121
 Substanz P 44
 – Konzentrationsmessung 42 f, 107
 Superficial Dry Needling 76
 Supraspinatussehnenverkalkung 517
 Sympathikusaktivität, gesteigerte 50,
 55
 – Stress induzierte 126
 Synapse
 – intraspinale, stumme, Aktiv-
 ierung 45, 47 f
 – neuromuskuläre 22
- T**
 Tarsaltunnelsyndrom 556
 TCM (Traditionelle Chinesische
 Medizin) 113 f
 Tennisellenbogen 530 f
 Tensegrity-Modell 34 f
 Test, neurodynamischer 141 f, 412
 – axillarer 416
 – Kontraindikation 141
 Testverfahren, Körperregion 465
 Therapeutendehnung 81, 92 f
 Therapeut-Patient-Beziehung 131
 Therapiebad 124
 Therapieresistenz 125 f
 Thermorezeptor 29
 Thoraxschmerz 523 ff
 – Angina-pectoris-ähnlicher 528
 -- Pain Guide 529
 – dorsaler 525
 – Pain Guide 527
 – ventraler 526
 Tiefensensibilität 31 f
 Tiefensensibilitätsstörung durch
 Bindegewebsveränderung 60
 TNF- α -Konzentration, Messung 42 f
 Traditionelle Chinesische
 Medizin 113
 Training, funktionelles 81, 98 ff, 121
 Trainingszustand, mangelnder 51
 Transport, axonaler 138 f
 Trauma, direktes 53
 Travell, Janet 5 ff
 Trendelenburg-Hinken 550
 Triggerpunkt(e)
 – aktiver 2, 13
 -- Probebehandlung 129
 – assoziierte 56, 128
 – Bezeichnungseinführung 5, 7
 – biochemisches Milieu 42, 48
 – Deaktivierungsmechanismus 58
 – Diagnostik 103
 – dysfunktionsrelevante 57
 – histopathologische Verän-
 derung 37 f
 – im Knötchen 10
 – latenter 2, 11, 57, 69
 -- Aktivierungsmechanismus 57
 -- Behandlung 129 ff
 – ligamentärer 3
 – myofaszialer 2 f, 9 ff
 -- aktiver 65
 -- Aktivitätszustand 129
 -- Ätiologie 53 ff
 -- Beeinflussung
 --- direkte 76
 --- reflektorische 76
 -- Deaktivierung 115, 122
 -- Diagnostik 13 ff, 65 ff
 --- Reliabilität 15 f
 -- Hauptkriterien 14 f
 -- Kompression
 --- ischämische 81
 --- manuelle 78
 -- Lage im Muskel 69
 -- Pathophysiologie 48 f
 -- Therapie 75 ff
 --- apparative Technik 77
 --- Behandlungsintensität 86
 --- ergänzende Maßnahmen 75
 --- Griff-Fassung 82 ff
 --- invasive 76 f
 --- manuelle s. Triggerpunkt-
 Therapie, manuelle
 --- physikalische 77
 -- in Übergangszonen 69
 – Palpation 68
 – periostaler 3
 – perpetuierende Faktoren 58, 129,
 131
 – prädisponierende Faktoren 58
 – primäre 56, 128
 -- Lokalisation 128 f
 -- Suche 119 f, 133
 – sekundäre 12, 56, 128
 – subkutaner 3
 – tendinöser 3
 – tendoperiostaler 69
 – Therapie-Studien 101 ff
 Triggerpunkt-Aktivität 56 ff
 Triggerpunkt-Bügel 121
 Triggerpunkt-Hölzchen 84 f, 121, 153
 Triggerpunktinduzierte Störung 59 ff
 Triggerpunkt-Kette 56, 128 f, 133
 Triggerpunktkomplex 38 f, 50
 Triggerpunktregion, manuelle
 Dehnung 79, 81
 Triggerpunkt-Therapie
 – Grenzen 131
 – Indikation 132 ff
 – Kontraindikation 145
 – manuelle 6, 76, 78 ff
 -- Abschluss 122
 -- Effekte
 --- biochemische 107 f
 --- auf die Muskelfasern 104
 --- schmerzhemmende 109
 --- segmental-reflektorische 110
 --- sympathikushemmende 110
 --- tonusregulierende 109
 -- energetischer Aspekt 113 f
 -- funktioneller Aspekt 110 f
 -- Hilfsmittel 121

- holodynamischer Aspekt 114 f
- Indikationsqualität 131
- kognitiv-verhaltenszentrierter Aspekt 111 ff
- Patientenmitarbeit 87
- Schmerzhaftigkeit 112 f
- Studien 101 ff
- Therapiekombinationen 122 ff
- Wirksamkeit 101
- Methoden 100
- Trizepsschlitz 418
- Trophik, lokale, Triggerpunkt-Therapie-Effekte 107
- Trophikstörung, muskelverkürzungsbedingte 60
- Tropomyosin 21
- Troponin 21
- Truncus lumbosacralis 437 f
 - Entrapment 449
- T-System 21 f
- Tumor, maligner 145
- Turgor-Effekt 35 f
- Typ-I-Muskelfasern 26 f
- Typ-IIa-Muskelfasern 26 f
- Typ-IIb-Muskelfasern 26
- Typ-IIc-Muskelfasern 26

U

- Überdehnung, akute 53
- Überlastung 98
 - akute 53
 - chronische 51, 53 ff, 113
 - kompensatorische 129
 - bei reduzierter Belastbarkeit 55
- ULNT (Upper Limb Neurodynamic-

- Test) 141, 412
- Ultraschallanwendung, Triggerpunktbehandlung 77
- Ultraschalldiagnostik 16
- Unterarm
 - Arbeitsbelastung 535
 - Engpasssyndrom 534
- Unterarm-/Handregion
 - Dehnmanöver 484
 - Muskelidentifikation 484 f
 - Widerstandstest 484
- Unterarmmuskulatur 374 ff
- Unterarmschmerz 534 ff, 536 ff
 - Pain Guide 537 f
- Unterkieferlaterotrusion 237
- Unterkieferretrusion 237
- Unterschenkel 495 f
 - Kompartmentsyndrom 556
 - Screening-Test 495 f
- Unterschenkelmuskulatur 330 ff
 - funktionelles Training 353
- Unterschenkelschmerz 556 ff
 - Pain Guide 559
- Upper Limb Neurodynamic-Test s. ULNT

V

- Vasoneuroaktive Substanzen 50
- Vegetativ-trophische Störung, muskuläre Entrapment-Neuropathie 136
- Vena
 - femoralis 19
 - saphena magna 19
- Vena jugularis interna, Offenhalten durch den Musculus

- omohyoideus 240
- Vibrations-Sonoelastografie 16
- Viererzeichenstellung 309, 311
- Vitaminmangel 55, 126

W

- Wadenkrämpfe, nächtliche 557
- Wadenmuskulatur
 - Selbstbehandlung 341
 - Selbstdehnung 337
- Wärme, Triggerpunktbehandlung 77
- Wärmeanwendung 124
- Widerstandstest 67 f
- Wirbelsäulenveränderung, degenerative 539, 546
- Wise action 116
- Wundheilung 36 f
- Wundkontraktion 40

Z

- Zangengriff 82, 84
- Zehengang 495 f
- Zehenmuskulatur, funktionelles Training 353
- 2. Zervikalnerv, Ramus sorsalis 458 f
 - Entrapment 459
 - neurodynamischer Test 459
- Zuckungsreaktion, lokale 10, 13 f
 - biomechanischer Effekt 107 f
- Zugfestigkeit von Geweben 34
- Zungenbeinanhebung 237
- Zungenbeinsenkung 241
- Zwerchfell s. auch Diaphragma
- Zwerchfellatmung 281