

## Inhalt

<b>Geleitworte</b> .....	7
<b>1. Einführung</b> .....	9
<b>2. Verletzungen und Erkrankungen der Hand</b> .....	11
<b>3. Grundlagen der Handtherapie</b> .....	13
– Vorbereitung .....	13
– Beginn der Handtherapie .....	13
– Häusliches Üben .....	15
– Informationsblatt / häusliche Übungen .....	16
– Probleme des Patienten im Alltag .....	18
– Ergonomisches Arbeiten .....	18
– Befunderhebung .....	19
➤ Sichtbefund .....	20
➤ Palpation (Tastbefund) .....	20
➤ Muskelfunktionsprüfung .....	21
➤ Kraftmessung .....	21
➤ Gelenkmessung .....	22
➤ Ödemmessung .....	22
➤ Sensibilitätsprüfung .....	22
– Heilungsprozesse .....	24
– Schmerzen .....	24
– Hygiene .....	26
– Narbenbehandlung .....	26
– Handbad .....	27
– Ödeme .....	28
– Ödembehandlung .....	28
– Kontrakturbehandlung .....	29
– Thermische Behandlung .....	29
➤ Wärmebehandlung .....	30
➤ Kältebehandlung .....	30
– Passive Mobilisation .....	31
– Sehnengleiten .....	31
– Sensibilitätsübungen .....	32
– Triggerpunktbehandlung .....	32
<b>4. Arm- / Schulter- / Körperbewegungen</b> .....	35
<b>5. Materialliste</b> .....	41
<b>6. Ergotherapeutische Übungen in der Handtherapie</b> .....	45
– Einführung in den Übungsteil .....	45
– Handfunktionen und -bewegungen .....	49

– Pronation / Supination des Unterarms .....	52
– Flexion des Handgelenks .....	61
– Extension des Handgelenks .....	64
– Ulnar- / Radialduktion des Handgelenks .....	67
– Kombination von Extension / Flexion / Ulnar- und Radialduktion im Handgelenk .....	69
– Handöffnung .....	72
– Faustschluss .....	76
– Superficialis-Faust .....	82
– Lumbricalgriff .....	84
– Hakengriff .....	87
– Sphärengriff .....	90
– Flexion einzelner oder mehrerer Finger .....	93
– Flexion einzelner Fingergelenke .....	99
➤ Grundgelenk .....	99
➤ PIP (Proximales Interphalangealgelenk) .....	99
➤ DIP (Distales Interphalangealgelenk) .....	99
– Extension einzelner oder mehrerer Finger .....	100
– Extension einzelner Fingergelenke .....	104
➤ Grundgelenk .....	104
➤ PIP (Proximales Interphalangealgelenk) .....	104
➤ DIP (Distales Interphalangealgelenk) .....	104
– Abduktion / Adduktion einzelner oder mehrerer Finger / Interdigitalgriff .....	105
– Schlüsselgriff .....	110
– Pinzettengriff .....	113
– Zangengriff .....	115
– Kombination Pinzetten- / Zangen- / Schlüsselgriff .....	117
– Dreipunktgriff .....	120
– Daumenextension / Daumenflexion .....	124
– Extension / Flexion einzelner Daumengelenke .....	126
➤ Grundgelenk (Metacarpalphalangealgelenk) .....	126
➤ Endgelenk (Interphalangealgelenk) .....	126
– Daumenabduktion / -adduktion .....	127
– Finger- / Daumenopposition .....	130
– Kombination Daumenabduktion / -adduktion / -opposition / -rotation .....	132
– Inhandmanipulation .....	135
<b>7. Sensibilitätsübungen .....</b>	<b>137</b>
<b>8. Einsatzmöglichkeiten in der neurologischen Behandlung .....</b>	<b>145</b>
<b>9. Handtherapie mit Kindern .....</b>	<b>151</b>
<b>10. Einsatz der Übungen in der Spiegeltherapie .....</b>	<b>157</b>
<b>11. Literatur .....</b>	<b>159</b>