

# GOT - Ganzheitliche Osteopathische Therapie

Auf der Grundlage des Body Adjustment nach Littlejohn und Wernham

Bearbeitet von  
Wim Hermanns

3., aktualisierte Auflage 2012. Buch. 144 S. Softcover

ISBN 978 3 8304 7506 4

Format (B x L): 19,5 x 27 cm

[Weitere Fachgebiete > Medizin > Komplementäre Medizin, Asiatische Medizin \(TCM\),  
Heilpraktiker > Chiropraktik & Osteopathie](#)

Zu [Leseprobe](#) und [Sachverzeichnis](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

**beck-shop.de**  
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung [beck-shop.de](http://beck-shop.de) ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

# Inhalt

<b>1 Philosophische Grundlagen der Geschichte der Medizin</b>	<b>16</b>	<b>5 Biographie und Ideen von John Martin Littlejohn</b>	<b>47</b>
1.1 Iatrochemische Medizin	18	5.1 Kurze Biographie von J.M. Littlejohn	47
1.2 Iatromechanische Medizin	19	5.2 Definition der GOT	48
1.3 Vitalistische Medizin	19	5.3 Littlejohns Philosophie	48
1.4 Herbert Spencer	20	5.3.1 Ursachen, Diagnose und Korrektur der Krankheit	48
<b>2 Biographie Andrew Taylor Stills</b>	<b>22</b>	5.3.2 Manuelle Techniken der GOT	49
<b>3 Prinzipien der Osteopathie</b>	<b>25</b>	5.3.3 Anwendung der Techniken	50
3.1 <b>Prinzip 1: Der Mensch als ganze, untrennbare Einheit</b>	<b>25</b>	5.3.4 Prinzipien der Osteopathie	51
3.1.1 Faszien als verbindendes Element der Ganzheitlichkeit	25	5.4 <b>Littlejohns Biomechanik</b>	<b>51</b>
3.1.2 Neurologische Funktionen als Element der Ganzheitlichkeit	26	5.4.1 Kraftlinien	51
3.1.3 Psyche als Element der Ganzheitlichkeit	26	5.4.2 Polygon of Forces	53
3.1.4 Soziales Umfeld als Element der Ganzheitlichkeit	26	<b>6 Biographie und Ideen von John Wernham</b>	<b>59</b>
3.2 <b>Prinzip 2: Selbstheilungskräfte des Körpers</b>	<b>26</b>	<b>7 Prinzipien der GOT</b>	<b>61</b>
3.3 <b>Prinzip 3: Bedeutung von Funktion und Struktur</b>	<b>27</b>	7.1 Rhythmus	62
3.4 <b>Prinzip 4: Vorherrschaft der Arterien</b>	<b>28</b>	7.2 Routine	66
3.5 <b>Prinzip 5: Leben ist Bewegung</b>	<b>29</b>	7.3 Respekt	66
<b>4 Erklärungsmodelle der Osteopathie</b>	<b>31</b>	7.4 Rotation	66
4.1 <b>Biomechanisches Modell</b>	<b>31</b>	7.5 Mobilität	66
4.1.1 Myofasziale Ketten	31	7.6 Motilität	68
4.1.2 John Martin Littlejohn und die Muskelketten	39	7.7 Integrität des Gelenks	68
4.2 <b>Tensegrity-Modell</b>	<b>39</b>	7.8 Koordination	68
4.2.1 Lemniskaten als diagnostische Hilfe	41	7.9 Korrelation	68
4.3 <b>Neurophysiologisches Konzept</b>	<b>41</b>	7.10 Stabilität	68
4.4 <b>Kraniosakrales Konzept</b>	<b>43</b>	7.11 <b>Mechanische Gesetze Littlejohns</b>	<b>68</b>
4.5 <b>GOT und viszerale Osteopathie</b>	<b>44</b>	<b>8 Untersuchung des Patienten</b>	<b>69</b>
4.5.1 Untersuchung	45	8.1 <b>Common Compensatory Pattern</b>	<b>69</b>
4.5.2 Behandlung	45	8.2 <b>Common Pelvic Pattern</b>	<b>70</b>
4.6 <b>GOT in den Erklärungsmodellen</b>	<b>46</b>	8.3 <b>Posturale Modelle nach T.E. Hall</b>	<b>71</b>
		8.3.1 Normale Haltung	71
		8.3.2 Posteriorer Typ	72
		8.3.3 Anteriorer Typ	73
		8.4 <b>Untersuchung</b>	<b>73</b>

<b>9 Techniken in Rückenlage</b>	<b>75</b>	<b>10 Techniken in Bauchlage</b>	<b>98</b>
9.1 <b>Ilium anterior</b> (Posterioreinschränkung des Iliums)	<b>75</b>	10.1 <b>Sakrum</b>	<b>98</b>
9.2 <b>Ilium posterior</b> (Anterioreinschränkung des Iliums)	<b>77</b>	10.2 <b>Ilium</b>	<b>98</b>
9.3 <b>Rotation der Lendenwirbelsäule</b>	<b>78</b>	10.2.1 Ilium anteriorisieren	98
9.4 <b>Untere Extremitäten</b>	<b>79</b>	10.2.2 Ilium nach anterior mobilisieren	99
9.4.1 Hüftregion	79	10.2.3 Ilium nach anterior mobilisieren (strukturellere Technik)	99
9.4.2 Tractus iliotibialis	81	10.2.4 Ilium posteriorisieren	99
9.4.3 Knie	81	10.2.5 Ilium nach posterior mobilisieren	100
9.4.4 Patella	82	10.3 <b>Os coccygis</b>	<b>100</b>
9.4.5 Oberes Sprunggelenk	82	10.3.1 Seitneigung des Os coccygis	100
9.4.6 Unteres Sprunggelenk	83	10.3.2 Os coccygis und Hüftinnenzirkum- duktion	101
9.4.7 Mediale tarsale und tarsometatarsale Gelenke	84	10.3.3 Os coccygis und Hüftabduktion	101
9.4.8 Laterale tarsale und tarsometatarsale Gelenke	84	10.4 <b>Lendenwirbelsäule</b>	<b>101</b>
9.4.9 Metatarsale Gelenke	84	10.4.1 Lendenwirbelsäule- Rotation-Seitneigung	101
9.5 <b>Übergang der Sequenzen der unteren zur oberen Extremität</b>	<b>85</b>	10.4.2 Lendenwirbelsäule und Beinhebel	103
9.6 <b>Obere Extremitäten</b>	<b>85</b>	10.4.3 Lumbale Dehnung	103
9.6.1 Schulterregion allgemein	85	10.5 <b>Schultergürtel</b>	<b>104</b>
9.6.2 Akromioklavikulargelenk	86	10.6 <b>Brustwirbelsäulenrotation</b>	<b>104</b>
9.6.3 Sternoklavikulargelenk	87	10.7 <b>Rippen</b>	<b>105</b>
9.6.4 Glenohumeralgelenk	87	10.8 <b>Halswirbelsäule</b>	<b>106</b>
9.6.5 Skapulothorakales Gleiten	88		
9.6.6 Rippen	89	<b>11 Techniken in Seitenlage</b>	<b>107</b>
9.6.7 Ellbogen	89	11.1 <b>Ilium</b>	<b>107</b>
9.6.8 Handgelenke	90	11.1.1 Ilium anterior (Einschränkung nach posterior)	107
9.7 <b>Zervikaler Bereich</b>	<b>91</b>	11.1.2 Ilium posterior (Einschränkung nach anterior)	107
9.7.1 Dekomprimierung subokzipital	91	11.2 <b>Lendenwirbelsäule</b>	<b>108</b>
9.7.2 Traktion am Okziput	92	11.2.1 Lendenwirbelsäule in Extension (Einschränkung der Flexion)	108
9.7.3 Segmentale Traktion zervikal	92	11.2.2 Lendenwirbelsäule in Flexion (Einschränkung der Extension)	108
9.7.4 Zervikalwalze	93	11.2.3 Lendenwirbelsäule-Lordose- Dysfunktion	109
9.7.5 Globale Traktion der Halswirbelsäule	93	11.2.4 Lendenwirbelsäule in Seitneigung	109
9.7.6 Untersuchung und Behandlung der Halswirbelsäule unter Kompression	93	11.3 <b>Halswirbelsäule, CTÜ, obere Brustwirbelsäule</b>	<b>110</b>
9.7.7 Occiput anterior, Behandlung einer Posterioreinschränkung	94	11.3.1 Halswirbelsäule, CTÜ, obere Brustwirbelsäule in Flexion (Extensionsdysfunktion)	110
9.7.8 Seitneigung der Halswirbelsäule	95	11.3.2 Halswirbelsäule, CTÜ, obere Brustwirbelsäule in Extension (Flexionsdysfunktion)	111
9.7.9 Seitneigung mit Rotation der Halswirbelsäule	95	11.3.3 Halswirbelsäule, CTÜ, obere Brustwirbelsäule in Seitneigung	111
9.7.10 Diaphragma thoracale, CTÜ und Sibson-Faszie	95	11.3.4 Brustwirbelsäule in Rotation	112
9.7.11 Laterale Weichteile der Halswirbelsäule	96		
9.7.12 Mobilisieren des Kehlkopfes	96		
9.7.13 Os hyoideum	97		
9.7.14 Untersuchung der anderen Seite	97		

11.4	<b>Rippen</b>	<b>112</b>	<b>13 GOT und andere Methoden</b>	<b>128</b>
11.4.1	Rippen in Pumpenschwengel- richtung	112	13.1 <b>GOT und viszerale Osteopathie</b>	<b>128</b>
11.4.2	Rippen in Eimerhenkelbewegung	113	13.2 <b>GOT und Muskelenergietechniken</b>	<b>129</b>
11.5	<b>Schultergürtel allgemein</b>	<b>113</b>	13.2.1 MET als Oberbegriff	130
11.6	<b>Glenohumerales Gleiten</b>	<b>114</b>	13.2.2 RI oder reziproke Inhibitions- techniken	130
11.6.1	Kaudalgleiten des Humeruskopfes	114	13.2.3 PIR oder postisometrische Relaxationstechniken	130
11.6.2	Reinformation des Labrum glenoidale	115	13.2.4 Ruddys Methode der pulsierenden MET	132
<b>12</b>	<b>Techniken im Sitzen</b>	<b>117</b>	13.2.5 PIR in der Hüftzirkumduktion in Rückenlage	133
12.1	<b>Brustwirbelsäule</b>	<b>117</b>	13.2.6 RI bei der Steißbeinmobilisation in Bauchlage	134
12.1.1	Brustwirbelsäule in Flexion (Extensionsdysfunktion)	117	13.2.7 Pulsierende MET am zervikotho- rakalen Übergang in Flexion in Seitenlage	134
12.1.2	Brustwirbelsäule in Extension	118	13.2.8 Isolytische Technik für die Zwischenrippenmuskulatur im Sitzen (Inspirationsdysfunktion)	134
12.1.3	Brustwirbelsäule in Seitneigung	118	<b>13.3 GOT und Triggerpunktbehandlung</b>	<b>135</b>
12.1.4	Brustwirbelsäule in Rotation	119	13.3.1 Triggerpunktbehandlung des M. piriformis in Kombination mit GOT	136
12.2	<b>Halswirbelsäule und CTÜ</b>	<b>119</b>	13.3.2 Triggerpunktbehandlung des M. iliocostalis in Kombination mit GOT	137
12.2.1	Halswirbelsäule und CTÜ in Flexion (Extensionsdysfunktion)	119	13.3.3 Triggerpunktbehandlung des M. pectoralis major in Kombination mit GOT	138
12.2.2	Halswirbelsäule und CTÜ in Extension (Flexionsdysfunktion)	120	<b>13.4 Zusammenfassung GOT und andere Methoden</b>	<b>138</b>
12.2.3	Halswirbelsäule und CTÜ in Seitneigung	121	<b>14 Literatur</b>	<b>140</b>
12.2.4	Halswirbelsäule und CTÜ in Rotation	121	<b>15 Sachverzeichnis</b>	<b>141</b>
12.3	<b>Rippen in Inspiration und Expiration</b>	<b>121</b>		
12.3.1	Rippen in Inspirationsdysfunktion (Expirationseinschränkung)	121		
12.3.2	Rippen in Expirationsdysfunktion (Inspirationseinschränkung)	122		
12.4	<b>Lumbosakraler Übergang und Crus diaphragmale</b>	<b>123</b>		
12.5	<b>Entlastung der Wirbelsäule unter Traktion</b>	<b>123</b>		
12.5.1	Lendenwirbelsäule	123		
12.5.2	Halswirbelsäule	124		
12.6	<b>Untere Rippen und Brustwirbelsäule</b>	<b>124</b>		
12.7	<b>Obere Rippen</b>	<b>126</b>		
12.8	<b>Halswirbelsäule und Weichteile</b>	<b>127</b>		