

# Praxisbuch Myofasziale Triggerpunkte

## Diagnostik - Therapie - Wirkungen

Heidi Tanno-Rast



3. Auflage geplant für: 10.09.2025.  
328 Seiten, 460 farb. Abb.,  
Klappenbrosch.  
€ (D) 54,00  
ISBN 9783437451195

Erfahren Sie alles über manuelle Triggerpunkttechniken: Schritt-für-Schritt-Anleitungen helfen Ihnen dabei, die Behandlung kompetent und richtig durchzuführen. Alle relevanten Triggerpunkte werden in aussagekräftigen anatomischen Abbildungen dargestellt sowie typische Verletzungsmuster bzw. Aktivierungsmechanismen (Ursachen) beschrieben. Detailgenaue Fotos zeigen Ihnen die differenzierten Behandlungstechniken.

Für jeden Muskel geht die Autorin auf folgende Punkte ein:

- Lokalisation und Ausstrahlung der Triggerpunkte
- Wie können Triggerpunkte untersucht und behandelt werden?
- Welche Ausgangsstellung ist für die Triggerpunktbehandlung zu wählen?

Darüber hinaus gibt das Buch theoretische Hintergrundinformationen zur Physiologie und Pathophysiologie der Triggerpunkte sowie Beispiele von Selbstdehnungstechniken für den Patienten. Schnelle Diagnostik mit dem „Schmerzführer“ – einer Übersicht über Muskeln, die in weiter entfernten Regionen Schmerz auslösen können.

Dieses Buch eignet sich für:

- Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten
- Manual Therapeuten und Manual Mediziner
- Chiropraktiker
- Massage und Lymphtherapeutinnen
- Osteopathen und Osteopathinnen
- Sportlehrer und Sportwissenschaftler

Stand: Juli-25, Irrtümer und Preisänderungen vorbehalten.  
€-Preise gültig in Deutschland inkl. MwSt., ggf. zzgl. Versandkosten.



**ELSEVIER**

elsevier.de

Bestellen Sie jetzt

[shop.elsevier.de](http://shop.elsevier.de)

Tel. +49 89 20 19 45 55

E-Mail: [bestellung@elsevier.com](mailto:bestellung@elsevier.com)