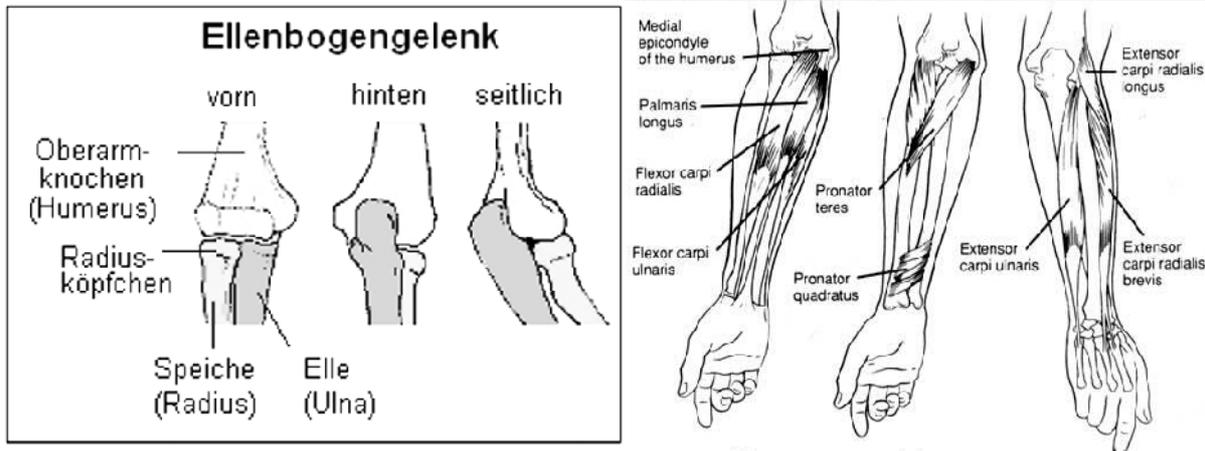
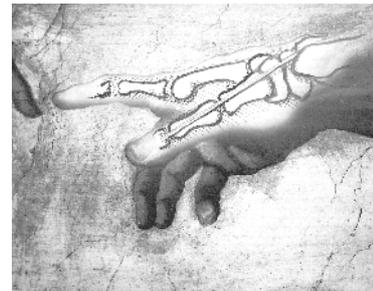
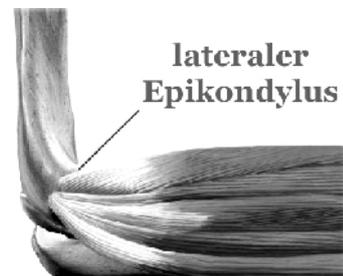


Material zur Sitzung am 9.Mai 2014
"Ellenbogen"

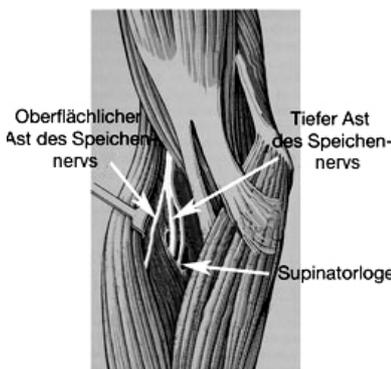


Epicondylitis radialis humeri, Tennisellenbogen, am äußeren Epikondylus Extensoren des Handgelenks und der Finger. **Symptome:** Ansatzendinitis, Druckschmerz, Schmerz bei Anspannung der Strecker. **Therapie:** Dehnen und Querdehnen der Extensoren.

medialer Epikondylus



Epicondylitis ulnaris humeri, Golferellenbogen, am inneren Epikondylus, Flexoren des Handgelenks und der Finger). **Symptome:** Ansatzendinitis, Druckschmerz, Schmerz bei Anspannung der Beuger. **Therapie:** Dehnen und Querdehnen der Flexoren.

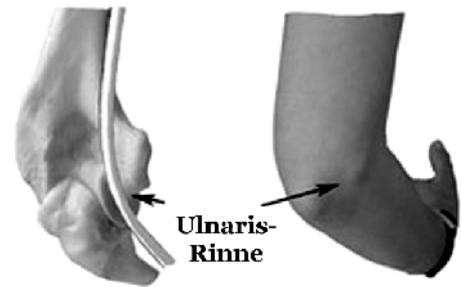


Das **Supinatorlogen-Syndrom** ist ein Nervenengpasssyndrom des N.radialis. **Supinator:** Ursprung Epicondylus lateralis humeri, Ansatz Radius, Teile greifen an am li.anulare. **Symptome:** Schwäche der Extensoren I-III und taube radiale Hand. Fallhandbild. **Therapie:** Isometrisches Training in die Pronation, Dehnen und Gegenhalten in die Supination.

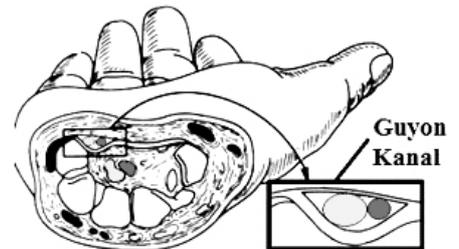
Pronator Teres (Logen-) Syndrom ist ein Medianuskompressionssyndrom. Ursprung Epicondylus medialis huimeri und Processus coronoideus der Ulna, Ansatz Radiusmitte. **Symptome:** Schwäche der Pronation und der Beugung der Hand.

Schwurhand-Bild. **Therapie:** Isometrisches Training in die Supination, Dehnen und Gegenhalten in die Pronation.

Das **Ulnarisrinnensyndrom** ist eine direkte Druckschädigung des Ulnaris am Ellenbogen in der fossa ulnaris humeri. **Symptome:** Taubheitsgefühl im kleinen Finger, Muskelschwund der Flexoren, Überwiegen der Extensoren. Bild der Greif- oder Klauenhand. **Therapie:** Druckentlastung und Vermeiden von Fehlverhalten.



Das **Loge-de-Guyon-Syndrom** ist eine Druck-Schädigung des Ulnaris am Pisiforme (Fahrradlähmung), oft findet sich ein Ganglion im Bereich der Guyon-Loge. **Symptome:** Schwäche und Kribbeln in den Fingern IV/V. **Therapie:** Ruhigstellung, Tape oder Zinkleim, Vermeiden der Fehlbelastung.



Das **Karpaltunnelsyndrom** ist eine Druckschädigung des Medianus unter dem palmaren Band der Handwurzel. **Symptome** sind insbesondere nächtliches Einschlafen der Schwurfinger I-III. Die **Therapie** besteht nicht in erster Linie in der Spaltung des Bandes, sondern in einem Aufdehnen des Tunnels.

