



Olaf Günther (Autor)
**Spannungskopfschmerzen - perikranieller
Kopfschmerz**



<https://cuvillier.de/de/shop/publications/8364>

Copyright:

Cuvillier Verlag, Inhaberin Annette Jentsch-Cuvillier, Nonnenstieg 8, 37075 Göttingen,
Germany

Telefon: +49 (0)551 54724-0, E-Mail: info@cuvillier.de, Website: <https://cuvillier.de>

Inhaltsverzeichnis

1 Grundlagen, Einteilung und Kennzeichen	11
1.1 Epidemiologie.....	11
1.2 Diagnose.....	11
1.3 Differenzialdiagnose.....	13
2 Kopfschmerz vom Spannungstyp	15
2.1 Episodischer Kopfschmerz vom Spannungstyp (eSK).....	15
2.2 Chronischer Kopfschmerz vom Spannungstyp (cSK)	16
3 Perikranieller Kopfschmerz – myofaszielles Schmerzsyndrom	16
4 Untersuchung der perikraniellen Muskulatur	19
4.1 M. trapezius	21
4.1.1 Anatomische Besonderheiten und Funktion.....	21
4.1.2 4.1.2 Untersuchung.....	21
4.1.2.1 Untersuchung auf Abschwächung	21
4.1.2.2 Untersuchung auf Dehnungsschmerz – Verkürzung.....	22
4.1.2.3 Palpation	24
4.1.3 Triggerpunkte und Projektionsschmerz.....	24
4.1.4 Manualtherapeutische Dehnung	25
4.1.5 Eigendehnung des M. trapezius.....	27
4.2 M. sternocleidomastoideus	28
4.2.1 Anatomische Besonderheiten und Funktion.....	28
4.2.2 Untersuchung.....	32
4.2.2.1 Untersuchung auf Abschwächung	32
4.2.2.2 Untersuchung auf Dehnungsschmerz – Verkürzung.....	33
4.2.2.3 Palpation	34
4.2.3 Triggerpunkte und Projektionsschmerz.....	34
4.2.4 Manualtherapeutische Dehnung	35
4.2.5 Eigendehnung und Relaxation des M. sternocleidomastoideus	36
4.3 Mm. splenius cervicis und capitis	37
4.3.1 Anatomische Besonderheiten und Funktion.....	37
4.3.2 Untersuchung.....	38
4.3.2.1 Untersuchung auf Abschwächung	38
4.3.2.2 Untersuchung auf Dehnungsschmerz – Verkürzung.....	39
4.3.2.3 Palpation	40
4.3.3 Triggerpunkte und Projektionsschmerz.....	41
4.3.4 Manualtherapeutische Dehnung/Relaxation	44
4.3.5 Eigendehnung der Mm. splenius cervicis und capitis.....	44

4.4	M. occipitofrontalis und M. temperoparietalis	45
4.4.1	Anatomische Besonderheiten und Funktion	45
4.4.2	Untersuchung	46
4.4.2.1	Palpation	46
4.4.3	Triggerpunkte und Projektionsschmerz	47
4.4.4	Manualthérapeutische Dehnung/Relaxation	47
4.5	M. masseter	48
4.5.1	Anatomische Besonderheiten und Funktion	48
4.5.2	Untersuchung	51
4.5.2.1	Palpation	51
4.5.2.2	Funktionelle Untersuchung	52
4.5.3	Triggerpunkte und Projektionsschmerz	53
4.5.4	Manualthérapeutische Dehnung und Relaxation	54
4.5.5	Eigendehnung/Relaxation	55
4.5.6	Heiße Rolle	56
4.5.7	Aufbissschiene/Relaxationsschiene	57
4.6	M. temporalis	58
4.6.1	Anatomische Besonderheiten und Funktion	58
4.6.2	Untersuchung	59
4.6.2.1	Palpation	59
4.6.3	Triggerpunkte und Projektionsschmerz	59
4.6.4	Manualthérapeutische Dehnung/Relaxation	60
5	Praktische Therapieempfehlungen bei Spannungskopfschmerz	61
5.1	Medikamentöse/nichtmedikamentöse Therapiemaßnahmen beim episodischen Kopfschmerz vom Spannungstyp	61
5.2	Prophylaktische Therapie des chronischen Kopfschmerzes vom Spannungstyp	62
5.3	Botulinumtoxin	64
5.4	Autogenes Training	66
5.5	Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen	66
5.6	Biofeedback	67