



Referenzbuch Triggerpunkt Behandlung: Hilfe und Selbsthilfe



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Referenzbuch Triggerpunkt Behandlung: Hilfe und Selbsthilfe

Simeon Niel-Asher

Referenzbuch Triggerpunkt Behandlung: Hilfe und Selbsthilfe Simeon Niel-Asher

 [Download Referenzbuch Triggerpunkt Behandlung: Hilfe und Se ...pdf](#)

 [Online lesen Referenzbuch Triggerpunkt Behandlung: Hilfe und ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Referenzbuch Triggerpunkt Behandlung: Hilfe und Selbsthilfe Simeon Niel-Asher

240 Seiten

Kurzbeschreibung

Die meisten muskulären Beschwerden und Schmerzen werden durch nicht behandelte Triggerpunkte verursacht oder beeinflusst. Dies sind lokalisierte empfindliche Stellen in den Muskeln bzw. im Faszien-system. Werden diese Triggerpunkte richtig verstanden und behandelt, kann eine rasche und anhaltende Schmerzlinderung erreicht werden.

Die aktualisierte dritte Auflage umfasst für jeden besprochenen Muskel neue Behandlungsrichtlinien zur Selbsthilfe und für den Therapeuten. Dabei wird die topaktuelle Theorie und Praxis zu den Triggerpunkten abgedeckt. Das Einleitungskapitel beschreibt die Grundlagen der Triggerpunkte und enthält detaillierte Therapie-protokolle. Die Kapitel Sieben bis Zwölf sind nach Muskelgruppen geordnet mit detaillierten farbigen Illustrationen jedes wichtigen Skelettmuskels. Zusätzlich bespricht der angesehene Osteopath Simeon Niel-Asher die physiologischen Auswirkungen der Triggerpunkte auf jeden Muskel – einschließlich entsprechender Behandlungs-methoden – und nennt die häufigsten Schmerzen wie Kopfschmerz, Nackenschmerz, Schulterschmerz sowie Beschwerden im unteren Rücken. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Simeon Niel-Asher qualifizierte sich 1992 zum Osteopathen und behandelt tagtäglich Triggerpunkte. Er hat die Niel-Asher-Methode™ zur Behandlung des Frozen Shoulder Syndrome (Schultersteife) erfunden und wurde im Evening Standard unter den zehn besten Osteopathen Londons genannt. Er ist in Europa, im Mittleren Osten und in den USA in Therapie, Forschung und Lehre sowie als Autor tätig.

Download and Read Online Referenzbuch Triggerpunkt Behandlung: Hilfe und Selbsthilfe Simeon Niel-Asher #4HOAUM3VF7G

Lesen Sie Referenzbuch Triggerpunkt Behandlung: Hilfe und Selbsthilfe von Simeon Niel-Asher für online
ebookReferenzbuch Triggerpunkt Behandlung: Hilfe und Selbsthilfe von Simeon Niel-Asher Kostenlose
PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-
Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-
Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Referenzbuch
Triggerpunkt Behandlung: Hilfe und Selbsthilfe von Simeon Niel-Asher Bücher online zu lesen. Online
Referenzbuch Triggerpunkt Behandlung: Hilfe und Selbsthilfe von Simeon Niel-Asher ebook PDF
herunterladenReferenzbuch Triggerpunkt Behandlung: Hilfe und Selbsthilfe von Simeon Niel-Asher
DocReferenzbuch Triggerpunkt Behandlung: Hilfe und Selbsthilfe von Simeon Niel-Asher
MobipocketReferenzbuch Triggerpunkt Behandlung: Hilfe und Selbsthilfe von Simeon Niel-Asher EPub