

CHECKLISTE MANIPULATIONSTECHNIK (Adaptiert nach T. Tritschler)

- **Manipulationstechnik visualisieren und Patient informieren**
- **Tischhöhe der Technik und der Körpergrösse anpassen**
- **Patient gemäss der ausgesuchten Technik lagern**
 - Adäquate Technik und korrespondierende Lagerung (richtige Seite) ?
 - Bequeme entspannte schmerzfreie Lagerung?
 - Lagerungsmöglichkeiten beachtet? (Kissen, Kopfteil)
 - Patient nahe genug an Bettrand?
- **Meine Körperposition und Haltung**
 - Stimmt die Ausrichtung?
 - Ist mein Stand sicher? Habe ich guten Bodenkontakt? Keine Arretierung in den Gelenken.
 - Bin ich nahe genug am Patienten?
 - Ist mein Rücken geschützt? (Lordose - Schutzstellung)
 - Fühle ich mich wohl in meiner Stellung?
- **Wirbelsäule in Verriegelungsposition bringen**
 - Segment lokalisieren
 - Verriegelung von cranial und von caudal her
 - Ist die Verriegelungstechnik an die Manipulation angepasst?
 - **Verriegelte Position beibehalten!!!!**
- **Korrekturer Handkontakt und Handstellung**
 - Präzis und gelenksnah
 - Haut- Weichteil- und Tischpolster-Slack eliminiert?
 - **Slack nicht mehr verlieren!!!**
 - Ellbogen wenn möglich so nahe wie möglich am Körper („wings in“)
- **Impuls visualisieren**
- **Probe Zug**
- **Impuls**
 - Richtung des Impuls durch Provokationstest und segmentale Bewegungsprüfung gegeben
 - Impuls in **SCHMERZFREIER RICHTUNG**
 - Impuls aus dem Körper: abkippen des Oberkörpers und/oder kontrollierte Absenkung via Hüft-/Knieflexion bei gleichzeitiger Stabilisierung der Gelenke der oberen Extremität
 - Impuls aus den Armen/Ellbogen bei stabilisiertem Oberkörper
 - **Impuls: Ansatzlos, schnell, mit kontrollierter Amplitude/Tiefe und kontrolliertem Stopp.**