

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие	4
Введение	6
Глава 1. Анатомия, функция и дисфункция плеча	11
Глава 2. Наука о миофасциальной боли	40
Глава 3. Симптомы триггерной точки, причины их возникновения и увековечивающие факторы	68
Глава 4. Руководство по массажу триггерных точек	100
Глава 5. Лечение плеча. Часть А	122
Глава 6. Лечение плеча. Часть В	164
Глава 7. Лечение плеча. Часть С	199
Глава 8. Альтернативные виды работы с телом	230
Глава 9. Физиотерапия для плеча	252
Глава 10. Медицинский подход к лечению плеча	276
Список литературы	310
Предметный указатель	315