

# Содержание

Предисловие . . . . .	5
Предисловие со-редактора . . . . .	7
Благодарность . . . . .	10
Редакторы . . . . .	11
Авторы . . . . .	13

## Раздел I. ФАСЦИЯ

<b>Глава 1.</b> De Fabrica Humani Corporis — Фасция как ткань тела . . . . .	15
<i>Яап ван дер Валь</i>	
<b>Глава 2.</b> Анатомия фасции . . . . .	32
<i>Карла Стекко</i>	
<b>Глава 3.</b> Проект пластинации фасциальной сети . . . . .	44
<i>Рашель Л. Клаузон</i>	
<b>Глава 4.</b> Физиология фасции. . . . .	55
<i>Антонио Стекко</i>	
<b>Глава 5.</b> Иннервация фасции . . . . .	68
<i>Роберт Шлейп</i>	
<b>Глава 6.</b> Фасция и система кровообращения . . . . .	77
<i>Анита Босер и Кирстин Шумейкер</i>	
<b>Глава 7.</b> Влияние гормонов на фасцию у женщин . . . . .	90
<i>Анджели Маун Эйки, Кэтлин О'Нил-Смит</i>	

## Раздел II. ФУНКЦИЯ

<b>Глава 8.</b> Биотенсегрити — структура жизни . . . . .	103
<i>Джон Шарки</i>	
<b>Глава 9.</b> Влияние на фасцию питания и нагрузок . . . . .	116
<i>Даниэль Штеффен и Кит Баар</i>	
<b>Глава 10.</b> Растягивается ли фасция? . . . . .	129
<i>Крис Фредерик</i>	
<b>Глава 11.</b> Фасциальная система при ходьбе . . . . .	140
<i>Джеймс Эрлз</i>	

<b>Глава 12.</b> Визуальная оценка поструральных предвестников неспецифической боли в пояснице . . . . .	149
<i>Томас Майерс</i>	

**Раздел III. МЕДИЦИНСКИЕ АСПЕКТЫ  
ФАСЦИИ: интерстициальные  
заметки третьего раздела**

*Дэвид Лесондак*

<b>Глава 13.</b> Структурная интеграция . . . . .	169
<i>Майкл Полон и Даниэль Акинс</i>	

<b>Глава 14.</b> Анатомический тренинг структурной интеграции . . . . .	176
<i>Джули Хаммонд</i>	

<b>Глава 15.</b> Терапия миофасциальных триггерных точек: история, перспективы и подходы . . . . .	190
<i>Ричард Финн</i>	

<b>Глава 16.</b> Фасциальные манипуляции . . . . .	199
<i>Антонио Стекко</i>	

<b>Глава 17.</b> Фасциальный стретчинг как метод терапии . . . . .	206
<i>Крис Фредерик</i>	

<b>Глава 18.</b> Лечение рубцов . . . . .	217
<i>Кэтрин Райан и Нэнси Кини-Смит</i>	

<b>Глава 19.</b> Упражнения и фасциальная двигательная терапия для онкологических пациентов. . . . .	232
<i>Пм Джей О'Клэр</i>	

<b>Глава 20.</b> Клинические основы и применение самостоятельного миофасциального релиза с помощью мячей, роликов и инструментов . . . . .	245
<i>Джилл Миллер</i>	

Алфавитный указатель . . . . .	258
--------------------------------	-----