

Fascia superficialis

Synonym: Körperfaszie

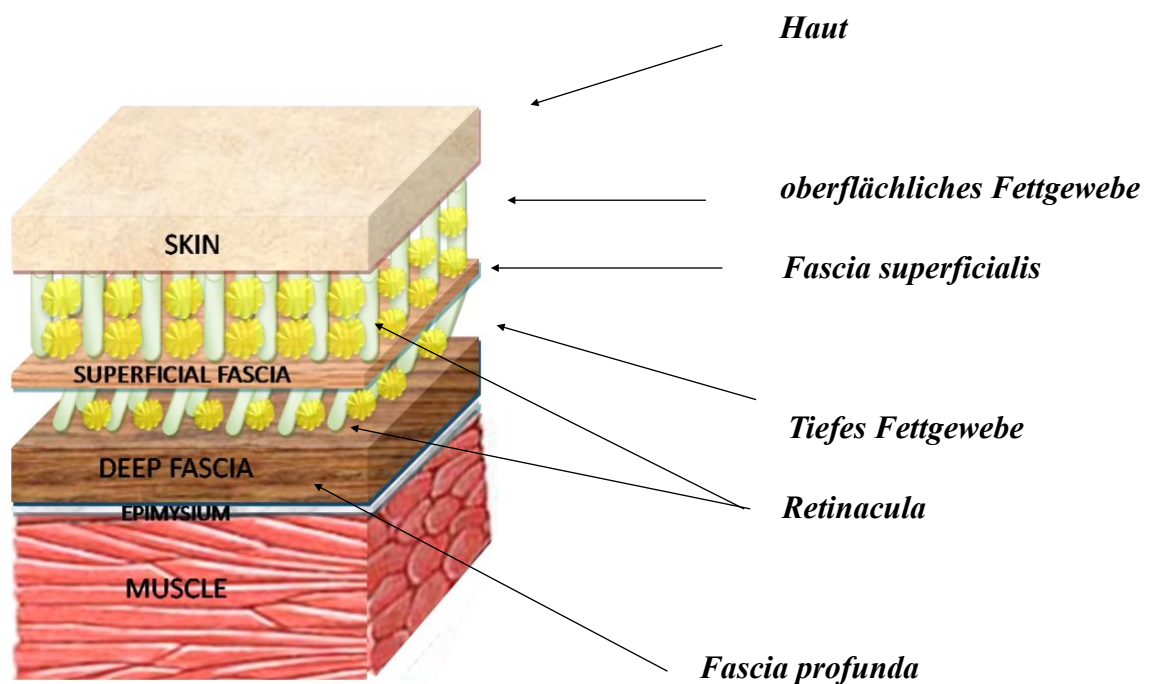
1. Einleitung

1801 wurde die „oberflächliche Faszie“ als eine faserige Schicht in der Subkutis vom Bauch beschrieben.

1825 wurde beschrieben dass „die oberflächliche Faszie eine im gesamten Körper und nicht nur am Bauch und Becken vorkommende faserige Schicht“ ist.

Bei einer schichtweisen Präparation von frisch Verstorbenen erkennt man unter der Haut ein Fettgewebe welches von einer faserigen Lamina in zwei Schichten unterteilt wird:

- oberflächliche Schicht => oberflächliches Fettgewebe
- faserige Lamina => **Fascia superficialis**
- tiefe Schicht => Tiefes Fettgewebe



(Bild aus Stecco et al, 2011 A Practical Guide to Fascial Manipulation)

Die oberflächliche Faszie ist mit der Haut über **Retinacula cutis superficialis** und der Faszie profunda über **Retinacula cutis profundus** verbunden.

Die oberflächlichen Retinacula verlaufen fast vertical, die tiefen Retinacula meist schräger und sind dünner.

2. Definition und Beschreibung

Die Faszia superfizialis bildet gemeinsam mit Fettgewebe die **Subcutis**. Sie ist eine durchgängige Faszienhülle, welche die Muskeln des Bewegungsapparates gegen die Subcutis abgrenzt.

Sie besteht aus locker gepackten, miteinander stark vernetzten festen, ungleichmässig angeordneten Kollegenfasern und zahlreichen elastischen Fasern.

Die Struktur und Dicke hängt von der Körperregion und dem Geschlecht ab.

An Knochenvorsprüngen und manchen ligamentären Falten sind die oberflächliche und tiefe Faszie miteinander verwachsen.

Bei jungen Menschen ist die Fascia superficialis sehr elastisch und macht eine straffe, in alle Richtungen verschiebbare Haut. Mit zunehmendem Alter verlieren die Faszie und die Retinacula an Elastizität und es kommt zu Faltenbildung und zu einer allgemeinen Erschlaffung der Haut.

3. Mechanische Eigenschaften

Die Retinacula bilden zusammen mit der oberflächlichen Faszie eine dreidimensionale Struktur. Diese stützt das Fettgewebe und verankert die Haut an den tieferen Strukturen. Diese Konstruktion dämpft die Belastungen der Haut bei Kontraktion der darunter liegenden Muskulatur. Normalerweise gleiten Muskeln bei Kontraktion leicht unter der Haut, ohne dass diese an der Bewegung beteiligt ist.

Narbengewebe erzeugt eine starre Verbindung zwischen Haut und Fasia profunda. Wird die Narbe mechanisch belastet so wird diese Belastung direkt, ohne Dämpfung auf die tiefe Faszie übertragen. Ebenso wird die Haut belastet sobald ein Muskel kontrahiert. Die Rezeptoren der lokal gedehnten Haut und die Rezeptoren der Fascia profunda werden gereizt. Das führt zu Störungen der Afferenzen, zur Hyperstimulation von Rezeptoren und zu einer überempfindlichen Narbe.

Wetterfühligkeit: *Dafür gibt es bislang keine Erklärung. Die Fascia superfizialis könnte hier eine Rolle spielen. Sie ändert ihre intrinsische Spannung in Abhängigkeit von Druck- und Temperaturänderungen der Umgebung.*

Narbengewebe oder zu dichtes Fasziengewebe können sich nicht mehr gut anpassen, so dass es zu Reizung von Rezeptoren bis in die tiefe Faszie kommen kann. Dies kann zu Wetterfühligkeit bei betroffenen Menschenn führen.

4. Nomenklatur und Unterteilung

Die *Fascia superficialis* wird willkürlich in verschiedene Faszienanteile untergliedert, die ohne feste Grenze ineinander übergehen:

Halsbereich: *Fascia cervicalis superficialis*

Rumpf: *Fascia thoracica externa* und *Fascia abdominalis superficialis*

Obere Extremität: *Fascia brachii* und *Fascia antebrachii*

Untere Extremität: *Fascia lata*, *Fascia cruris* und *Fascia dorsalis pedis*

5. Aufgaben

- **Dämpfung** mechanischer Belastungen

- **Sinnesorgan**

Das Faszienetzwerk steht über den gesamten Körper hinweg miteinander in Verbindung. Es ist in der Lage auf Temperaturveränderungen und Druck oder zu reagieren.

Die oberflächlichen Faszien enthalten periphere Nervenenden. Die Schmerz- und Sinnesrezeptoren können auch Änderungen im chemischen Milieu feststellen. Die *Fascia superficialis* sendet ständig Informationen an das Gehirn und fungiert so als körperlängliches Informationssystem. Sie ist das größte Sinnesorgan des Körpers!

- **Stütz- und Schutzfunktion**

Die *Fascia superficialis* stützt die subkutanen Strukturen und hält die Venen offen. In Verbindung mit den Retinacula stützt und kompartimentiert sie das Fettgewebe. Da sie Haut vom Bewegungsapparat trennt, sorgt sie für eine unabhängige Bewegungsmöglichkeit dieser Strukturen.

- **Versorgungs- und Entsorgungsfunktion**

Sie ist von Lymphbahnen und Blutgefäßen durchwoben und spielt somit eine wichtige Rolle bei der Versorgung der Zellen und bei der Entsorgung des Zwischenzellraumes (Interstitium).

- **Speicherfunktion**

Durch ihren lockeren Aufbau und die hohe Affinität zu Wasser kann die Körperfaszie viel Wasser speichern. Zudem dient sie als Fett- und Energiespeicher.