



Fysiotherapie Mantinghcentrum Stadskanaal

Ook voor deze behandelingen kunt u bij ons terecht:

- Algemene fysiotherapie
- Psychosomatische fysiotherapie
- Ontspanningstherapie
- Medische trainingstherapie
- Triggerpoint - manuele pijnpunt-behandeling
- Triggerpoint - Dry Needling
- Manuele therapie
- Incontinentie-training
- Oedeemtherapie
- Bekkenfysiotherapie
- Kinderfysiotherapie
- Echografie
- Groepstraining voor mensen met nek- en/of rugklachten
- Orofaciaal (kaak-)fysiotherapie
- Begeleiding van Parkinsonpatiënten
- Groepstherapie voor mensen met Fibromyalgie, COPD, Diabetes Mellitus, Hart, Osteoporose, Artrose, Obesitas, Rugklachten (Rugtriathlon)
- Fysiofit-trainingen

Fysiotherapie Mantinghcentrum Stadskanaal

Blokwieke 94 • 9501 EZ Stadskanaal • Tel: 0599 - 61 08 72
Hoveniersweg 1 • 9502 BW Stadskanaal (Pagecentrum)
info@fms-fysiotherapie.nl • www.fms-fysiotherapie.nl



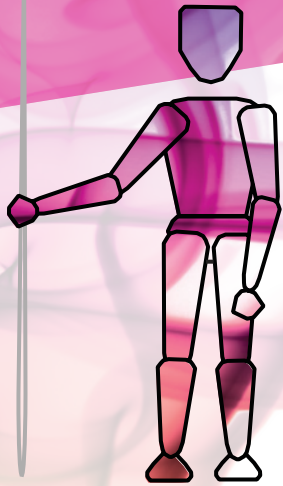
okt. 2014
Bestelnr. 12

Dry Needling

To the point



Fysiotherapie
Mantinghcentrum
Stadskanaal



Dry Needling

Dry Needling, ook wel Intramusculaire Stimulatie (IMS) genoemd, is een behandeltechniek waarbij een zeer dunne, niet-holle naald in de huid en spier gebracht wordt. Deze techniek is uiterst effectief voor behandeling van myofasciale pijn en triggerpoints. Myofasciale triggerpoints zijn kleine verhardingen in een spier, die voor flinke, uitstralende pijnklachten kunnen zorgen.

Dry Needling is gebaseerd op Westerse principes en moet dus niet verward worden met acupunctuur. 'Dry' duidt aan dat er niets geïnjecteerd wordt met de naald, er wordt alleen geprikt in de spier.

Triggerpoints kunnen op verschillende manieren ontstaan. De meest voorkomende oorzaak is chronische overbelasting van de spier, bijvoorbeeld door langdurig verkeerde werkhouding of verkeerde leefgewoontes. Ook acute overbelasting, zoals een verkeerde beweging of een ongeval kunnen triggerpoints veroorzaken.

De werking van Dry Needling

Een triggerpoint zorgt er altijd voor dat in de betreffende spier een strakke band ontstaat. Het triggerpoint is voelbaar als het meest pijnlijke punt in deze strakke band. De spier kan minder goed functioneren door deze plaatselijke verkramping: naast pijn kunnen zwakte en verlies van coördinatie ontstaan. Door in het triggerpoint te prikken met een naaldje, wordt een "Local Twitch Response" (LTR) opgewekt. Dit is een onwillekeurige samentrekking van de spiervezels (segmentale reflex), die ervoor zorgt dat de spier meteen ontspant en de spierstofwisseling gaat herstellen.

De therapeut beweegt het naaldje licht op en neer om zoveel mogelijk vezeltjes van het triggerpoint los te maken. Afhankelijk van de spier waarin het punt zich bevindt en het aantal triggerpoints in de spier, kunnen de twitches zeer hevig zijn. Ook kan de uitstralende pijn, die door het triggerpoint veroorzaakt wordt, gevoeld worden tijdens de behandeling.

Een ander fenomeen dat soms kan optreden tijdens de behandeling is een zogenaamde vegetatieve reactie: men kan dan zweterig of rillerig, misselijk of wat zweverig in het hoofd worden. Deze reactie is, hoewel onplezierig, van voorbijgaande aard. Omdat er zo'n reactie kan optreden, zal er altijd in lig- of zithouding behandeld worden.

Na de behandeling kan de spier flink gevoelig, stijf of beurs aanvoelen. Dit duurt meestal niet lang: hooguit een dag of twee. Daarna treedt een merkbare verbetering op, met name de eerder ervaren uitstralende pijnklachten nemen af. De beweeglijkheid neemt juist toe, doordat de spier meer ontspannen is. Ook kan men verbetering ervaren in kracht en coördinatie. Andere effecten die regelmatig genoemd worden zijn een toename van de eigen energie en een gevoel van algehele ontspanning.

Voordelen van Dry Needling

Hoewel de techniek van dry needling als onprettig ervaren kan worden, is hij zeer effectief om een snel herstel te bereiken. Directe ontspanning en herstel van de stofwisseling in de spier zelf, resulteren in een snelle pijnafname en functieherstel van de spier. Als de spieren ontspannen zijn, kan er gewerkt worden aan de mobiliteit van de gewrichten en aan het verbeteren van kracht en coördinatie. Dry Needling is dus geen zelfstandige therapie maar een techniek die onderdeel is van de totale fysiotherapeutische behandeling.