

Dry Needling, de uitleg

Dry Needling, wat is het

Dry Needling is een specialisatie van de fysiotherapeuten van Topfysio en is één van de behandelvormen voor Myofaciaal pijnsyndroom (MPS).

Bij Dry Needling worden Myofasciale triggerpoints ("spierverhardingen") gedeactiveerd/ontspannen via het gericht prikken met een naald binnen de spier. Een andere manier om deze triggerpoints te de-activeren is om de triggerpoints diep te frictoneren. Een methode die Topfysio al jarenlang met succes gebruikt. Het verbeteren van de spierkwaliteit door zowel diepe massagetechnieken als door dry needling is werkzaam bij MPS.

In Nederland wordt Dry Needling nog maar door een zeer beperkt aantal fysiotherapeuten beoefend en is daarom nog niet zo bekend. Wereldwijd wordt deze methode echter al jaren met succes toegepast.

Het concept van Dry Needling is gebaseerd op anatomische en neurofysiologische principes. Deze moderne vorm van 'needling' is op geen enkele wijze te vergelijken met klassieke acupunctuur, die gebaseerd is op meridiaanleer en een energetisch gericht concept. Dry Needling werkt direct op de spieren en is geen 'energie' behandeling.

Dry Needling is een van de meest effectieve vormen van therapie voor MPS. Een stroom van recente publicaties ondersteunt de effectiviteit van deze methode.

MPS, Myofaciaal pijnsyndroom

(MPS) is een verzamelnaam voor klachten aan ons bewegingsstelsel en wordt veroorzaakt door de aanwezigheid van zogenaamde Myofasciale triggerpoints (MTrP's) in spieren.

Bestaan de klachten langer, dan zijn er vaak meer spieren bij betrokken. Bij langer bestaande klachten breiden de klachten zich vaak uit naar andere spieren en langs de wervelkolom.

Deze triggerpunten zijn specifieke knelpunten in spieren, die vaak verantwoordelijk blijken te zijn voor tal van "onbegrepen" pijnsyndromen. Door deze actieve triggerpunten te de-activeren treedt vaak een grote ontspanning op in de aangedane regio en verminderen de pijnklachten vaak drastisch.

Met name op het gebied van schouderklachten, CANS (voorheen RSI genaamd), carpaal tunnelsyndroom, hielspoor (of beter fasciitis plantaris), post-whiplashsyndroom, ischias, hoofdpijn en tenniselleboog is veel ervaring opgedaan en zijn er goede behandelresultaten.

Dry Needling in de praktijk

Bij Dry Needling wordt met behulp van uiterst dunne naalden de MTrP's in de spier nauwkeurig aangeprikt. Dit geeft een lokale aanspanning van een groepje aangedane spiervezels. De patiënt voelt van deze aanspanning, afhankelijk van de spier, soms een licht schokje, soms een diep krampgevoel of kramp op afstand. Daarna ontspant de spier zich meestal direct. Veelal treedt de voor de patiënt zo bekende uitstralingspijn op. Het komt voor dat u wat gaat zweten en dat u zich even naar of vermoeid voelt maar dat herstelt zich snel. Wel blijft er gedurende enkele uren tot maximaal 2 dagen een gekneusd gevoel aanwezig op de plaats waar geprikt is. Een enkele keer kan een arm of been eerst wat slap en vermoeid aanvoelen.

De klant ervaart na een Dry Needling behandeling naast pijnvermindering meestal direct een voelbare daling in de spierspanning en een verbeterde beweeglijkheid en kracht in betrokken spieren.

Ook bij sportblessures is de triggerpuntbehandeling een uitstekend middel om de goede voorwaarden te creëren voor belastbaarheidverhoging middels het PRT® systeem.

Effectieve behandelmethode

De behandeling van triggerpoints met de klassieke fysiotherapeutische mogelijkheden is voor het opheffen van een MPS minder effectief gebleken en dit vergt vaak meer behandelingen dan wanneer men de MTrP's met Dry Needling aanpakt.

Op basis van klinische ervaring blijkt een combinatie van Dry Needling, rekken van de spieren en verbetering van de belastbaarheid van de spieren het meest effectief.

Kosten

Dry Needling valt binnen de beroepsomschrijving. Bij Topfysio maakt Dry Needling deel uit van de gehele behandeling fysiotherapie. Indien uw aanvullende verzekering fysiotherapie dekt, dan vallen ook de kosten voor Dry Needling hieronder.

Zie voor onze tarieven op onze website!

© Topfysio 2009