

Dry Needling

Meer informatie:

Vestiging Hoogerheide
Plantagelaan 1
4631 CS Hoogerheide

Vestiging Ossendrecht
Pottenbergen 15
4641 HK Ossendrecht

Vestiging Huybergen
Baroniestraat 2a
4635 BZ Huybergen

Vestiging Westrand
St.Lucasplein 2a
4703 HZ Roosendaal

Algemeen voor alle vestigingen:
info@fysiofaster.nl
www.fysiofaster.nl
0164-612274

FysioFaster
kompas naar optimaal bewegen



Dry Needling

Dry needling is een nieuwe behandelmethode van de fysiotherapeut. Door middel van een speciale techniek worden spieren aangeprikt en raken op die manier snel en langdurig ontspannen.

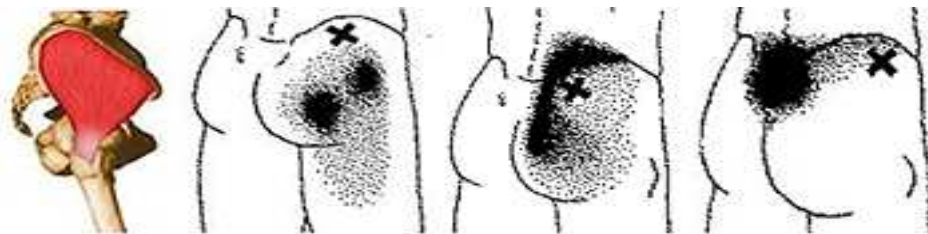
Dry needling is niet hetzelfde als acupunctuur.

Bij klassieke acupunctuur worden vaak oppervlakkig meerdere naalden gedurende langere tijd in het lichaam gezet.

Dry needling gebruikt eenzelfde soort naaldje, maar die is specifiek gericht op zogenaamde 'triggerpoints' die kort gestimuleerd worden.

Wat is een triggerpoint?

Een triggerpoint is een verkrampd plakje in een spier dat naast lokale drukpijn ook vaak pijn op afstand veroorzaakt. Hieronder staat een voorbeeld van lage rugpijn vanuit een bilspier.



Triggerpoints kunnen zich uiten in:

- Pijn en stijfheid lokaal in de spier en ook pijn op afstand.
- Bewegingsbeperkingen in bijbehorende gewrichten
- Verminderde kracht in de betrokken spier(en)
- Pijnontwijkend gedrag: u gaat anders bewegen.
- Hoofdpijn, aangezichtspijn en/of kramp.

Hoe kunnen triggerpoints ontstaan?

- Acuut; bv door een verkeerde beweging of een ongeval.
- Chronisch; bv door een langdurig verkeerde houding.
- Langdurige overbelasting van bv arm, schouder en/of nek zoals bij het gebruik van de computer.
- Overbelasting / blessures bij sporters.
- Verkramping van spierweefsel zoals bij een meniscusletsel of een hernia.
- Langdurige afwezigheid van beweging bv door gips.

Waar richt de behandeling zich op?

De behandeling is gericht op het uitschakelen van deze triggerpoints. Via het gericht aanprikken met het naaldje worden deze punten gevonden en gedeactiveerd. Daarna raken de spieren snel en langdurig ontspannen. De fysiotherapeut zal vaak meerdere spieren behandelen in uw arm of been. Ook worden de spieren langs de wervelkolom onderzocht en behandeld. U krijgt oefeningen en adviezen mee om de verbeterde situatie te behouden.

Hoe voelt dry needling aan?

Het inbrengen van het naaldje voelt u bijna niet. Als het juiste triggerpoint aangeprikt wordt, spant de spier zich even lokaal aan. Dat geeft kortdurend een soort kramp gevoel. Daarna ontspant de spier zich weer en kunt u gemakkelijk bewegen. Vaak voelt het behandelde gedeelte wel wat vermoeid en/of stijf aan, maar dat is van korte duur.

Kosten

Indien u aanvullend verzekerd bent, vallen de kosten voor dry needling hieronder.

Vakbekwaamheid

Fysiotherapeuten die dry needling toepassen hebben hiertoe een speciale opleiding gevolgd.

Meer informatie:

Tel: 0164-612274

info@fysiofaster.nl

www.fysiofaster.nl