

Dry Needling

De behandeling

Dry Needling is een nieuwe behandelmethode van de fysiotherapeut. Door middel van een speciale techniek worden spieren aangeprikt, waardoor deze snel en langdurig ontspannen. Deze behandelmethode is niet hetzelfde als acupunctuur. Dry Needling gebruikt namelijk een “droge”(dry) acupunctuurnaald en er wordt dus geen vloeistof in de spier gespoten. Bij klassieke acupunctuur worden vaak oppervlakkig meerdere naalden gedurende langere tijd in het lichaam gezet. Dry Needling gebruikt eenzelfde soort naaldje, waarmee kortdurend een zogenaamd ‘trigger point’ in de spier wordt geprikkeld. Het gaat dus niet om een energetische behandeling, zoals bij acupunctuur wel het geval is.

Fysiotherapeuten scholen zich in de Dry Needling middels een aantal cursussen:

- Een cursus voor de behandeling van de spieren in arm en been
- Een cursus voor de behandeling van spieren rond de wervelkolom
- Een aanvullende cursus voor de kaakregio en de hoofdpijnpatiënt

Zonder deze cursussen te volgen, is een fysiotherapeut geen geregistreerd DryNeedlingtherapeut.

Voor de behandeling

De fysiotherapeut zal eerst uw klachten in kaart brengen door een gesprek en een gericht onderzoek. Daarna worden uw spieren die mogelijk uw pijn veroorzaken verder onderzocht. Specifiek wordt in de spieren gezocht naar de bewuste ‘triggerpoints’.

Tijdens de behandeling

De behandeling is gericht op het ‘uitschakelen’ van de 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, been of langs uw wervelkolom. Soms zijn meerdere behandelingen noodzakelijk.

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

Na de behandeling

U krijgt gerichte oefeningen en gerichte adviezen mee om de verbeterde situatie in stand te kunnen houden. Dry Needling maakt altijd deel uit van een totaalbehandeling.

Contact

Kijk voor meer informatie over Dry Needling op www.dryneedling.nl.