

Dry Needling bei Triggerpunkten

Beim Dry Needling wird mit einer dünnen Nadel ohne Medikament (deshalb der Name dry = trocken) ganz präzise in den sogenannten Triggerpunkt (Muskelverhärtung) gestochen, welcher für die aktuellen Beschwerden verantwortlich ist. Die Behandlung löst Verkrampfungen, verbessert die lokale Durchblutungssituation und senkt die lokalen Entzündungsreaktionen. Somit können die Triggerpunkte effizient behandelt werden. Dry Needling erreicht auch tiefer liegende Muskeln – zum Beispiel in der Gesässregion – sowie ältere Triggerpunkte.



Ihre Wahl – unser Team

Unsere Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten mit Zertifizierung vom Dry Needling Verband Schweiz DVS® stehen Ihnen gerne zur Verfügung:

- Unkompliziert und effektiv
- als Selbstzahler ohne vorgängigen Arztbesuch / ärztliche Verordnung

Triggerpunkte können, wenn sie aktiv sind, Schmerzen bei Bewegungen und sogar in Ruhestellung verursachen. Eine typische Eigenschaft von Triggerpunkten ist, dass sie Schmerzen ausstrahlen. So können zum Beispiel Triggerpunkte in der seitlichen Gesässmuskulatur Schmerzen im ganzen Bein verursachen.

Dry Needling ist nicht zu verwechseln mit Akkupunktur, obwohl die gleichen Nadeln verwendet werden. Bei der Akkupunktur werden die Nadeln in die sogenannten Meridiane (Energiebahnen) appliziert, beim Dry Needling in Triggerpunkte. Triggerpunkte können auch manuell behandelt werden, jedoch gilt das Dry Needling in den meisten Fällen als effizientere Methode.

Anwendung

Dry Needling wird bei der Behandlung von myofaszialen Schmerzsyndromen, in der Sportphysiotherapie und der Rehabilitation angewendet.

Vor allem Sportler können stark von Dry Needling profitieren und ihre Regeneration optimieren. Es bedingt aber, dass nach der Behandlung ein bis zwei «Ruhetage» mit moderater Belastung eingehalten werden. Hier ist Planung wichtig.

Nicht oder nur bedingt empfohlen ist Dry Needling bei Fieber, Infektionen, Schwangerschaft, Blutverdünnung und Gerinnungsstörung, Hauterkrankungen und einem erhöhten Infektionsrisiko. Gerne beraten wir Sie individuell.

Ziele der Dry-Needling-Behandlung

- Lösen von Hartspannsträngen im Muskel
- Verbesserung der Muskel- und Gelenkfunktionen
- individuelle Anleitung und Beratung zum Umgang mit Muskelverspannungen

Kosten

Für Selbstzahler wird für die erste Konsultation jeweils 30 Minuten einberechnet. Danach wird nach Aufwand verrechnet. Die Kosten betragen CHF 25 pro 10 Minuten. Als Selbstzahler werden die Leistungen nicht von der Krankenkasse/Unfallversicherung übernommen und erfordern somit keine ärztliche Verordnung.