

Pijnbehandeling: dry needling

De pijnspecialist heeft in overleg met u besloten om u te behandelen middels dry needling bij de fysiotherapeut.

Dry needling wordt toegepast bij:

- Stijve spieren en gewrichten
- Klachten van de nek, schouder, arm, (tennis)elleboog, onderarm en pols.
- Klachten van de lage rug, heup, bil- en beenspieren.
- Triggerpoints in spieren (zie ook hieronder)

Uw pijnspecialist schrijft deze therapie voor en verwijst u door naar de fysiotherapeut, welke zorgt voor de praktische uitvoering en begeleiding.

Wat is dry needling?

Door middel van een speciale techniek worden spieren aangeprikt, waardoor ze snel en langdurig ontspannen. Dry needling gebruikt een droge (dry) acupuncturnaald, er wordt dus geen vloeistof in de spier gespoten.

Dry needling therapie is niet hetzelfde als acupunctuur. Bij acupunctuur worden vaak oppervlakkig meerdere naalden in het lichaam gezet, die daar enige tijd blijven zitten en invloed hebben op de energie in het lichaam. Dry needling gebruikt meestal één naald, waarmee kortdurend in de spier wordt geprikt. Dry needling werkt op specifieke punten, zogenoemde triggerpoints, en is geen energie behandeling. Een triggerpoint is een drukpijnlijke plek in een spier, die naast de lokale drukpijn, ook vaak pijn op afstand veroorzaakt.

De behandeling

De behandeling is gericht op het uitschakelen van triggerpoints. Via het gericht aanprikken met een naaldje worden deze punten in de spier(en) ontspannen. Bij langdurige klachten zal de therapeut vaak meerdere spieren behandelen in uw arm of been, alsmede de spieren langs de wervelkolom.

Het inbrengen van het naaldje voelt u bijna niet. Als het juiste triggerpoint aangeprikt wordt, spant de spier zich even kort aan. Dat geeft een soort kramp gevoel. Daarna ontspant de spier

zich meestal direct en kunt u gemakkelijker bewegen. Vaak voelt het behandelde gedeelte wel wat vermoeid of stijf aan, maar dat is meestal van korte duur.

Adviezen voor thuis

U krijgt van de fysiotherapeut oefeningen en gerichte adviezen mee om de verbeterde situatie te behouden.

Vergoeding

Dry needling is een onderdeel van een normale fysiotherapie behandeling. Indien u aanvullend verzekerd bent, vallen in principe ook de kosten voor dry needling therapie hieronder.