

Fysiotherapie bij MPS

Er zijn verschillende fysiotherapeutische interventies die triggerpoints kunnen deactiveren. Een combinatie van specifieke massage en speciale vormen van ultrageluid- of electrotherapie zijn kortdurend effectief.

Dry needling; een effectieve therapie

Dry needling is klinisch gezien een van de meest effectieve vormen van therapie voor MPS. Het geeft snel een blijvende spierontspanning en daardoor vaak pijnvermindering en een verbeterde mobiliteit.

Hierna wordt het eenvoudiger om de kracht en de belastbaarheid in de behandelde spieren te herstellen.

Mede door de instructie van een gericht oefenprogramma en ergonomische adviezen kan worden gewerkt aan secundaire preventie.

Wetenschappelijk onderzoek

Wetenschappelijk onderzoek naar dry needling komt de laatste jaren sterk op gang.

Via de besloten cursuswebsite, nieuwsbrieven en periodieke nascholing blijft de gecertificeerde fysiotherapeut/arts op de hoogte van de laatste ontwikkelingen.

Deze informatie kan worden verzameld via het downloaden van relevante artikelen en/of een power point presentatie speciaal ontwikkeld over MPS en dry needling.

Vraag de fysiotherapeut om deze informatie en hij/zij zal u graag verder op de hoogte stellen.

Vakbekwaamheid

Artsen en fysiotherapeuten scholen zich in de dry needling methode middels een aantal cursussen.

- Een cursus voor de behandeling van de spieren van arm en been.
- Een cursus voor de behandeling van de spieren rond de wervelkolom en thorax.
- Een speciale aanvullende cursus voor de kaakregio en de 'hoofdpijn' patient.

Cursisten staan geregistreerd op onze website en voldoen aan alle eisen om dry needling kundig toe te passen.

Meer informatie vindt u op:

www.dryneedling.nl

Contactgegevens praktijk:

Fysiotherapie
Perpetuum Mobilé
Meer en Vaart 84, 1068 ZZ
Amsterdam

Glenn van Meerten

* © Uplands Physio Clinic: Overname van teksten en / of foto's uitsluitend met toestemming.

Dry Needling

Informatie voor verwijzers



www.dryneedling.nl

Wat is dry needling?

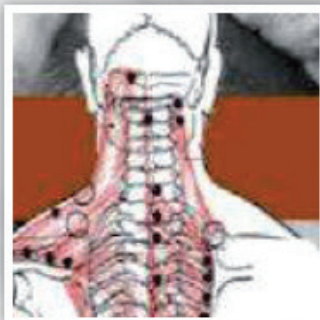
Het myofasciaal pijn syndroom (MPS) is een van de meest voorkomende oorzaken van chronische pijn in het bewegingsapparaat.

Dry needling omvat het intramusculair verwijderen met een 'droge' acupunctuurnaald, zonder de toevoeging van medicatie, voor de behandeling van myofasciale pijn.

Dry needling is een zeer effectieve methode voor de behandeling van myofasciale pijn door het deactiveren van de karakteristieke triggerpoints.

Het concept is gebaseerd op anatomische, neurofysiologische en biochemische principes.

Sinds 2005 wordt dry needling ook toegepast door de Nederlandse fysiotherapeut.



Dry needling verschilt wezenlijk van klassieke acupunctuur. Dry needling is geen 'energie' behandeling.

Kenmerken van MPS

Voor een diagnose MPS is er minimaal sprake van:

- regionale pijn/gevoeligheid en referred pain
- toename van lokale en referred pijn bij druk
- palpabele 'strakke' band met triggerpoints
- beperkte beweeglijkheid door de relatieve spierverkorting
- krachtsvermindering zonder evidente atrofie

MPS: weinig herkend - vaak onbehandeld

Ondanks het feit dat MPS veel voorkomt wordt het (nog) te weinig herkend en blijft het daarom vaak onbehandeld.

MPS is direct gekoppeld aan een aantal gangbare diagnoses zoals aspecifieke lage rugpijn, nek- en hoofdpijn, RSI/KANS, WAD, TMD en postoperatieve pijnen.

Predisponerend/onderhoudend voor MPS:

MPS wordt mede veroorzaakt door of is gekoppeld aan:

- andere spier- en/of gewrichtsklachten
- mechanische stressfactoren zoals bijvoorbeeld instabiliteit
- trauma waarbij ook de spieren betrokken zijn
- langdurig herhaalde irritatie van weke delen zoals bij KANS/RSI
- biomechanische factoren zoals houdingsinvloeden, beenlengteverschil of spierverkortingen
- neurogene entrapments zoals TOS en CTS
- psychogene factoren zoals stress en/of depressie
- een verstoord slaapritme
- vitaminedeficiëntie, metabole- en endocriene stoornissen.



Onderzoek van MPS

Diverse auteurs hebben de referred pain patronen van spieren klinisch onderzocht en beschreven. Bijvoorbeeld een vorm van lage rug- en/of heuppijn kan veroorzaakt worden door triggerpoints in de m. gluteus medius zoals op het plaatje midden onderin.

Dagelijks worden (para)medici geconfronteerd met patiënten die klagen over spierpijn, vaak met een 'uitstralend' karakter.

De patiënt is doorgaans niet goed in staat de pijn precies te lokaliseren en het karakter ervan is diep, dof en/of zeurend.

De pijnpatronen uit de anamnese geven een goede indicatie van de spieren, die mogelijk betrokken zijn en die nader onderzocht moeten worden op de kenmerkende strakke spierbanden en triggerpoints.

Het is ook essentieel om predisponerende en onderhoudende factoren van MPS te onderkennen en waar mogelijk mee te behandelen, bijvoorbeeld voetproblemen, instabiliteit van enkels en/of knieën, spierverzwakking / verkortingen.

Ook overbelasting in werk en/of sport spelen vaak een rol bij het ontstaan en onderhouden van MPS.

Meer informatie: www.dryneedling.nl