



WAT KOST DRY NEEDLING?

Deze methode is onderdeel van een normale fysiotherapie behandeling. Wanneer u aanvullend verzekerd bent worden de kosten in principe gewoon vergoed.

OTC GOOI EN VECHTSTEEK

Bij OTC combineren we dry needling met andere behandelvormen. De fysiotherapeuten die met deze methode werken hebben hiervoor een speciale cursus gevolgd. Ze staan geregistreerd en voldoen aan alle eisen om dry needling veilig en kundig toe te passen.

MEER INFORMATIE VINDT U OP
OTC-GOOIVECHT.NL



www.otc-gooivecht.nl

Fysiotherapie OTC Gooi en Vechtstreek
Koekoeklaan 146, 1403 EK **Bussum**
Ijsselmeerstraat 5b, 1271 AA **Huizen**
Jan van der Heijdenstraat 174,
1221 EN **Hilversum**
(035) 693 93 96

Menzis TopZorg
Agis & Achmea PlusPraktijk

DRY NEEDLING

ONTSPANT
PIJNLIJKE SPIEREN
SNEL EN
LANGDURIG



DRY NEEDLING



WAT IS DRY NEEDLING?

Dry needling is een nieuwe behandelmethode om pijnlijke spieren te ontspannen. Het werkt snel en heeft langdurig effect.

De spier wordt met een droge naald aangeprikt op een zogenaamd triggerpoint. Dit is een plek die pijn doet wanneer u er op drukt en dan vaak ook pijn op afstand veroorzaakt.

Bij dry needling gebruiken we meestal één naald, waarmee de spier kortdurend wordt geprikkeld.

HOE UIT ZICH EEN TRIGGERPOINT?

Er kan van een triggerpoint sprake zijn bij:

- pijnlijke of minder krachtige spieren
- bewegingsbeperkingen in gewrichten
- pijnontwikkend gedrag (je gaat anders bewegen)
- koude, warmte, rillingen, hoofdpijn, duizeligheid etc.

De oorzaken zijn heel divers. Het kan ontstaan door een verkeerde beweging of een ongeluk. Door een langdurig verkeerde houding of overbelasting tijdens werk of sport. Maar ook door juist langdurig te weinig bewegen. Zelfs stress, slaapttekort of te strakke kleding kan tot triggerpoints leiden.

WAT DOET DE FYSIOTHERAPEUT?

We beginnen met een gesprek en een lichamelijk onderzoek. In de spieren die uw klachten veroorzaken gaan we op zoek naar de triggerpoints. Precies op deze punten prikken we met een naaldje om de spier te ontspannen.

ONTSPANT
PIJNLIJKE
SPIEREN



SNEL EN
LANGDURIG

Bij langdurige klachten worden er vaak meerdere spieren behandeld. Het gaat dan om spieren in uw arm of been en langs de wervelkolom. Na de behandeling krijgt u van ons advies en oefeningen om de terugkeer van de klachten te voorkomen.

DOET HET PIJN?

Het inbrengen van het naaldje merkt u bijna niet. Als de triggerpoint aangeprikt wordt, spant de spier zich even heftig aan. Dit kan kortdurend leiden tot een soort kramp, doffe pijn of branderige tintelingen.

Daarna ontspant de spier zich direct en kunt u meteen makkelijker bewegen. Het behandelde gedeelte voelt vaak wat vermoeid of stijf aan, maar dat duurt meestal maar even.

OTC

GOOI EN VECHTSTREEK