

Dry Needling

Wat is Dry Needling?

Dry Needling is gebaseerd op Westerse anatomische en neurofysiologische principes en moet dus niet verward worden met acupunctuur. Dry Needling duidt aan dat er niets geïnjecteerd wordt met de naald, er wordt alleen geprikt in het triggerpoint. Dry Needling wordt verklaard vanuit neurofysiologische principes en biochemische processen gericht op klachten van het fasciale musculoskeletale apparaat (spieren en gewrichten). Op grond van neurofysiologische verklaringenmodellen en de aanwezigheid van wetenschappelijke onderbouwing is Dry Needling sinds 2007 door het KNGF opgenomen in het beroepsprofiel van de fysiotherapeut. Dry Needling is een invasieve behandeltechniek, waarbij een zeer dunne, niet-holle naald in huid en spier gestoken wordt. De methode wordt toegepast in de fysiotherapeutische behandeling van myofasciale pijn en triggerpoints.

Hoe werkt Dry Needling?

Een triggerpoint is het meest pijnlijke punt in een strakke band in de betreffende spier. Door in het triggerpoint aan te prikken met een naaldje, wordt een reflex opgewekt, deze zorgt ervoor dat de spier ontspant en de spierstofwisseling gaat herstellen. Hierdoor verdwijnt ook de uitstralingspijn die door het triggerpoint veroorzaakt werd.

Hoe verloopt een Dry Needling behandeling?

Dry Needling is een onderdeel van het fysiotherapeutisch handelen en wordt toegepast in aanvulling op de normale fysio- of manueel therapeutische behandeling. Binnen de behandeling door de fysiotherapeut kan, als onderdeel, het deactiveren van actieve triggerpoints een rol spelen. In het concept van myofasciale diagnostiek zal middels een milde druk de voor de patiënt herkenbare pijnpunten worden opgespoord.

De steriele naaldjes die voor Dry Needling gebruikt worden zijn voor eenmalig gebruik, ze zijn heel dun en dezelfde als bij acupunctuur gebruikt worden. De therapeut voelt eerst waar het triggerpoint zich bevindt, waarna het naaldje in de tube snel door de huid wordt getikt. Dit is nagenoeg pijnloos. Daarna brengt de therapeut het naaldje door de spier naar het triggerpoint toe, dit is een niet pijnlijk, dof gevoel. Als de punt van het naaldje het triggerpoint bereikt, reageert de spier, dit voelt als een schokje/kramp. De therapeut beweegt het naaldje op en neer tot dit uitdooft. Afhankelijk van de spier waarin het punt zich bevindt en het aantal triggerpoints in de spier, kunnen de schokjes/kramp zeer hevig zijn. Ook kan de uitstralende pijn, die door het triggerpoint veroorzaakt wordt, gevoeld worden tijdens de behandeling. Dry Needling is dus geen pijnvrije behandelmethode.

Soms kan tijdens de behandeling is een zogenaamde vegetatieve reactie optreden, men wordt ineens zweterig of rillerig, misselijk of wat zweverig in het hoofd. Deze reactie is, hoewel onplezierig, van voorbijgaande aard. Er zal altijd in liggende houding behandeld worden. De patiënt krijgt oefeningen voor thuis mee om de toename in bewegelijkheid te behouden. Tevens wordt er veel nadruk gelegd op een verbetering van houding- en bewegingspatroon van de patiënt.

Wat voel je na een Dry Needling behandeling?

Na de behandeling kan de spier gevoelig, stijf of beurs aanvoelen, vooral de eerste uren, ook aanspannen van de net behandelde spieren is dan pijnlijk. Na een nachtrust voelt het al een stuk beter maar kan nog wel beurs aanvoelen. Napijn gedurende de eerste 2 dagen komt voor en is mede afhankelijk van de constitutie van de patiënt. Daarna treedt een merkbare verbetering op, met name de eerder ervaren uitstralende pijnklachten nemen aanzienlijk af. De meeste patiënten geven aan na de behandeling een toename in bewegelijkheid te ervaren, die ook objectief meetbaar is. Meestal is ook de pijn direct een stuk minder.

Fysiotherapeuten die bij Dry Needling de cursussen hebben gevolgd hebben technieken geleerd om de eventuele bijwerkingen zoveel mogelijk te beperken, door het stimuleren van homeostatische Dry Needling punten en het behandelde gebied te tapen met Medical Taping.

Wat zijn de voordelen van Dry Needling?

Hoewel de techniek van Dry Needling soms als onprettig ervaren wordt, is hij zeer effectief om een snel herstel te bereiken. Directe ontspanning en herstel van de stofwisseling in de spier zelf, resulteren in een snelle pijnafname en functieherstel van de spier. Als de spieren ontspannen zijn, kan er gewerkt worden aan de mobiliteit van de gewrichten en aan het verbeteren van kracht en coördinatie. Dry Needling is dus geen zelfstandige therapie maar een techniek die onderdeel is van de totale fysiotherapeutische behandeling.

Dry Needling is een erkende behandelmethode in Nederland. Volgens de wet BIG is triggerpoint Dry Needling geen voorbehouden handeling. Fysiotherapeuten in Nederland, die daarvoor een relevante vervolgopleiding hebben gevolgd, mogen deze vorm van behandeling toe te passen. Dry Needling is één van de drie aanbieders, deze opleiding is erkend en geaccrediteerd door het Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie (KNGF).

Wat zijn de kosten voor Dry Needling?

Dry Needling valt onder de reguliere vergoeding voor fysiotherapie. Omdat deze behandelmethode binnen het domein van de fysiotherapie valt worden kosten door de verzekeraars gedekt. Er bestaat geen apart tarief voor.