

## Dry Needling – Information für Patientinnen und Patienten

Dry Needling ist, nebst der manuellen Triggerpunkt-Therapie, eine Möglichkeit Triggerpunkte in der Muskulatur zu behandeln. Es handelt sich um eine spezielle Technik, bei der mit Nadeln in die verkrampten und verkürzten Muskelfasern gestochen wird.

Man geht davon aus, dass sich bei Trigger-Punkten winzige Muskelfasern dauerhaft verkrampfen und so Blutgefässe und Schmerzfasern behindern. Beim Dry-Needling werden mit sterilen Einweg-Nadeln diese Zonen behandelt. Dadurch soll die Blutzirkulation verbessert werden und der fortgeleitete Schmerz verschwinden. Triggerpunkte sind auch nach Jahren noch behandelbar.

Dry Needling ist eine sehr effiziente Methode, Triggerpunkte zu behandeln. Ihre Therapeutin klärt Sie umfassend über Ihr Leiden auf und bespricht mit Ihnen die Behandlungsmöglichkeiten. Selbstverständlich liegt die Wahl der Behandlungsmethode bei Ihnen. Sie entscheiden, ob Sie mit Dry Needling behandelt werden wollen.

Eine Triggerpunkt-Therapie verlangt auch von Ihnen einen „Beitrag“. Ihre Therapeutin arbeitet an Stellen des Körpers, an denen starke Schmerzen provozierbar sind. Dies ist nicht angenehm. Sie können aber mit dem Wort „Stopp“ die Behandlung jederzeit unterbrechen, wenn es Ihnen zu viel wird.

Therapeutinnen, welche entsprechend den Richtlinien des ‚Dry Needling Verbandes Schweiz DVS‘ im Dry Needling ausgebildet sind, verfügen über fundierte Kenntnisse der Anatomie, von Indikationen, Kontraindikationen (wie z. Bsp. Grosse Blutverdünnung) und Hygienevorschriften.

Trotz sachgerechter Ausführung können Nebenwirkungen und Komplikationen des Dry Needlings auftreten. Dazu gehören am häufigsten lokale Hämatome (Blutergüsse) sowie muskelkaterähnliche Gefühle im Bereich, der behandelt wurde. Sie dürfen trotz der Nebenwirkungen Sport treiben. Weiter sollten Sie den behandelten Muskel täglich 2-3 Mal während 30 Sekunden dehnen.

Weiter kann es zu folgenden, sehr seltenen Nebenwirkungen kommen: vegetative Symptome (Schwindel, Schwitzen, Ohnmacht), Infektionen, allergische Reaktionen auf Nickel, Verletzungen innerer Organe wie z. Bsp. Pneumothorax, sowie Verletzungen von Nerven oder Gefässen. Alle diese Komplikationen sind sehr selten und ausschliesslich der Vollständigkeit halber aufgeführt.

Die Behandlung wird als physiotherapeutische Leistung von Ihrer Krankenkasse oder Unfallversicherung übernommen, wenn sie ärztlich verordnet ist. Hat Ihre zuweisende Ärztin oder Ihr zuweisender Arzt Dry Needling nicht explizit verordnet, kann die Therapeutin mit Ihrem Einverständnis diese Therapiemöglichkeit besprechen und eine Verordnung einholen.

Für weiterführende Fragen wenden Sie sich an Ihre Triggerpunkt-Therapeutin.