

Dry needling

Das Dry needling ist eine Therapieform zur Behandlung von Schmerzen, die speziell aus dem Gebiet der Muskel und Faszien kommen (unser myofaszielles System).

In den meisten Fällen entstehen Muskelschmerzen wegen akuten oder chronischen Überlastungen im myofasziellen Bereich, weiter auch bei Muskelverhärtungen/-zerrungen/-kater oder direkten Verletzungen des Muskels.

Die Schädigung von Muskelfasern (durch ein Trauma) oder ein über längeren Zeitraum erhöhter Muskeltonus (z.B. aufgrund von Fehlhaltungen aber auch aufgrund von psychischen Faktoren wie Angst und Stress) sind meist der Ausgangspunkt für muskuläre Triggerpunkte.

Ein Beispiel, und nahezu jeder kennt es, wären die klassischen Verspannungen im Nacken-/Schulterbereich die oft auch Kopfschmerzen auslösen. Schmerzhaft Triggerpunkte können auch bestehende Problematiken wie z.B. eine Migräne, Tinnitus oder Kiefergelenkbeschwerden verstärken oder sogar auslösen.

Dry needling wird mittels sterilen Einwegakupunkturnadeln durchgeführt. Hierbei werden die Nadeln direkt in die tastbaren Triggerpunkte gestochen und diese dann anschließend über die Akupunkturnadel therapeutisch stimuliert.

Der Triggerpunkt reagiert darauf mit einem „Zucken“ (local twitch response). Die Stimulation erfolgt bis der Triggerpunkt keine Antwort mehr sendet.

Diese tast- und sichtbaren blitzartigen „Zuckungen“ der beteiligten Muskulatur werden von vielen Patienten als lösend aber auch teilweise schmerzhaft empfunden. Der zuvor bestehende lokale Schmerz und ggf. auch die damit verbundene muskulär bedingte Bewegungseinschränkung zeigt sich zügig rückläufig unter der Therapie.

Zurück bleibt meist ein Schweregefühl ähnlich eines Muskelkaters. Gewöhnlich maximal 1-2 Tage andauernd mit anschließender deutlicher Entspannung.

Die Behandlung durch Dry needling sollte von jemandem erfolgen, der darin gelernt und geübt ist und sich mit den anatomischen Verhältnissen bestens auskennt. Es kann zu ungefährlichen Verletzungen kleinerer Gefäße mit Bluterguss kommen.

Kontraindikation ist die Einnahme von Blutverdünnern, außer von ASS 100 mg.

Die Kosten für das Dry needling werden von den gesetzlichen Krankenkassen nicht übernommen. Die Kosten richten sich nach der Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ).

Bei Fragen wenden Sie sich gerne einfach an mich.

Ich freue mich Sie in meiner Praxis begrüßen zu dürfen.

Ihr Stephan Ehler