



# Dry Needling

## Wat is dry needling?

Dry Needling is een fysiotherapeutische behandelmethode waarbij 'triggerpoints' in de spieren worden aangeprikt met een 'droge' (niet holle) naald. Hierdoor ontstaat directe en langdurige ontspanning in de spier.



## Wat is een triggerpoint?

Een triggerpoint is een 'knoop' in een spier die, naast lokale drukpijn, vaak pijn op afstand veroorzaakt. Triggerpoints veroorzaken het myofasciaal pijnsyndroom, een van de meest voorkomende oorzaken van (chronische) pijn in het bewegingsapparaat.

## Triggerpoints kunnen zich uiten in:

- Pijnlijke verhardingen in spieren die slecht of niet meer ontspannen
- Pijn / stijfheid lokaal in een spier of elders in het lichaam
- Bewegingsbeperkingen in aangrenzende gewrichten
- Verminderde kracht in de betrokken spier(en)
- Pijnontwijkend gedrag; je gaat anders bewegen
- Tintelingen in arm/been, hoofdpijn, duizeligheid en/of kramp

## Waaruit bestaat de behandeling?

De behandeling wordt uitgevoerd door een speciaal opgeleide fysiotherapeut. Er wordt gestart met een intakegesprek en een gericht onderzoek om uw klachten te analyseren. Spieren die uw pijn kunnen veroorzaken worden onderzocht op mogelijke triggerpoints. De behandeling is gericht op het uitschakelen van deze punten middels het aanprikken met een droge naald. Daarnaast krijgt u oefeningen mee om de verbeterde situatie te behouden.

## Wat zijn de kosten?

Dry Needling is onderdeel van een normale fysiotherapeutische behandeling. Als u aanvullend verzekerd bent voor fysiotherapie worden de kosten vergoed door uw zorgverzekeraar. Heeft u geen aanvullende verzekering? Dan hanteren wij de tarieven zoals vermeld op onze website. Om een afspraak te maken voor een behandeling met Dry Needling heeft u geen verwijzing van uw huisarts nodig.

## Deze behandeling wordt aangeboden bij:

### Fysiotherapie Tilburg Reeshof

vestiging Witbrant: Warmondstraat 116, 5036 BT Tilburg | T (013) 571 82 14

vestiging Koolhoven: Koolhovenlaan 180, 5036 TS Tilburg

vestiging La VistaDuna: Ketelhavenstraat 45-47, 5045 NG Tilburg

info@fysiotherapietilburgreeshof.nl | [www.fysiotherapietilburgreeshof.nl](http://www.fysiotherapietilburgreeshof.nl)

### Fysiotherapie Tilburg Noord

Schubertstraat 904, 5011 CX Tilburg | T (013) 455 26 34

info@fysiotherapie-tilburgnoord.nl | [www.fysiotherapie-tilburgnoord.nl](http://www.fysiotherapie-tilburgnoord.nl)