

## Wat voelt u tijdens de behandeling?

Het inbrengen van het naaldje voelt u niet of nauwelijks.

Als de spierverharding wordt aangeprikt kan het zijn dat de spier kort aanspant. Dat gaat zo snel, dat u meestal even schrikt, soms kan dat wat pijnlijk aanvoelen. Als u daarbij uw bekende pijn voelt, dan is succes verzekerd en wordt de spier soepeler, de bewegelijkheid vergroot en de pijn is dan beduidend minder. Soms voelt u dat u het warm krijgt en zelfs een beetje gaat transpireren. Een sporadisch komt het voor dat u zich een beetje naar voelt. Niet om u daar zorgen over te maken, dit verdwijnt ook snel weer.

In de eerste behandeling zullen we ons beperken in het aanprikken van meerdere spieren om even uw reactie te testen.

## Kosten en vergoeding

Zoals eerder vermeld behoort dry needling tot het domein van de fysiotherapeut. Bij ons in de praktijk geldt het tarief als voor fysiotherapie. De behandeling wordt vergoed door de (meeste) aanvullende verzekeringen.

## Waar kunnen we u verder mee helpen?

Behalve voor dry needling kunt u in onze praktijk ook terecht voor:

- Fysiotherapie
- Bekkenfysiotherapie
- Manuele therapie
- Oedeemtherapie
- Psychosomatische fysiotherapie
- Adem- en Ontspanningstherapie
- Bewust Beter Bewegen
- FysioFit

## Belangrijk om te weten:

U kunt zich rechtstreeks aanmelden zonder verwijzing (DTF) of met een verwijzing van een huisarts of specialist.

We hebben contracten met (bijna) alle zorgverzekeraars. Voor bepaalde behandelingen of diensten kan een eigen bijdrage gelden. De prijzen van onze behandelingen zijn afhankelijk van onze contracten met de zorgverzekeraars.

Vanwege de grote verscheidenheid aan verzekeringspolissen in Nederland is het voor ons als praktijk niet haalbaar om van alle aanvullende polissen te weten hoeveel fysiotherapie er wordt vergoed. Als u niet voldoende bent verzekerd, ligt de verantwoordelijkheid voor de betaling van de behandelingen fysiotherapie bij uzelf.

De behandelingen duren in de meeste gevallen 30 minuten. Tijdens een behandeling zullen wij medische gegevens registreren. Met het patiëntendossier wordt omgegaan volgens de Wet Geneeskundige Behandelingsovereenkomst (WGBO) en de Wet Bescherming Persoonsgegevens (WBP).

Afspraken die niet kunnen worden nagekomen dienen minimaal 24 uur voor de behandeling te worden afgezegd. Bij niet tijdig afzeggen van een afspraak, heeft de praktijk het recht de voorgenomen behandeling bij u in rekening te brengen. Niet nagekomen afspraken worden niet door de zorgverzekering vergoed.

## Opmerkingen of klachten?

Mocht u vragen hebben over de behandeling of opmerkingen hebben over de gang van zaken in onze praktijk, aarzel dan niet die te uiten. Niels Prins en Klaas Staal staan u graag te woord en wij zullen er alles aan doen uw behandeling bij onze praktijk zo aangenaam mogelijk te laten verlopen. Als u klachten heeft over uw fysiotherapeut verwijzen wij ook graag naar een van ons. Als de klacht daarna niet naar uw tevredenheid wordt opgelost kan u de folder "Als u rondloopt met een klacht over uw fysiotherapeut" bij de administratie opvragen voor verdere stappen.

# Dry needling



Julianalaan 45  
3851 RA Ermelo  
0341-554482  
info@fysio-ermelo.nl

[www.fysio-ermelo.nl](http://www.fysio-ermelo.nl)



Wat is dry needling?

Dry needling richt zich op de behandeling van meestal al langer bestaande spierklachten. Dry needling behoort tot het domein van de fysiotherapeut. Met dry needling worden spierverhardingen ('myofasciale triggerpoints') ontspannen, door deze aan te prikken met een dunne acupunctuur-naald. Indien noodzakelijk worden ook de huid en botvlies met specifieke dry needling technieken behandeld om meer effect te bereiken.

Tevens kunnen in de nabijheid van bepaalde zenuwen het desbetreffende weefsel worden geprikt.

Meestal is de verbetering direct voelbaar.

De behandeling met dry needling wordt uitgevoerd door een fysiotherapeut die hiervoor een extra opleiding gevolgd heeft.

Onze praktijk staat voor medisch noodzakelijke zorgverlening en vooruitstrevende, kwalitatief hoogwaardige fysiotherapie met een persoonlijk karakter.

### Is dry needling hetzelfde als acupunctuur?

Bij klassieke acupunctuur worden vaak meerdere naalden in het lichaam geprikt, die daar enige tijd in blijven zitten. Bij dry needling wordt meestal één naald gebruikt, waarmee kortdurend spieren worden behandeld.

Bij klassieke acupunctuur wordt gewerkt vanuit een energetisch concept. De punten op de meridianen worden geselecteerd op basis van o.a. tong en polsdiagnostiek om de energiestroom te kunnen beïnvloeden. Bij dry needling richten we ons meestal op spierverhardingen en is de verklaring van het effect ervan niet gebaseerd op "energie" reguleren, maar op basis van fysiologie en biochemische processen. Het is met name vanuit het verklaringsmodel dat dry needling deel uitmaakt van het domein van de fysiotherapeut.



### Wat is een spierverharding en wat voelt u daar van?

Een spierverharding is een hard aanvoelende plek ('knoop') in een spier, die naast een lokale drukpijn, ook vaak pijn op andere plaatsen in het lichaam kan veroorzaken.

Klachten kunnen zich uiten door:

- Pijn ter plekke in een spier met of zonder uitstraling
- Bewegingsbeperkingen en /of stijfheid
- Verminderde kracht bij aanspannen van de spier
- Pijnklachten en pijnontwijkend gedrag
- Soms ook reacties zoals zweten, duizeligheid, licht in het hoofd, wazig zien, rillerig zijn of koude handen

### Hoe ontstaan deze spierverhardingen?

- Door een verkeerde beweging of een ongeluk
- Door langdurig verkeerde houding of overbelasting
- Langdurige overbelasting met als veelvoorkomend probleem nek-armklachten (KANS)
- Overbelasting bij sporters
- Beschadiging van weefsel zoals bij een meniscusletsel of een hernia
- Langdurige afwezigheid van beweging, bijv. door gipsverband
- Psychologische factoren zoals stress, depressie, onrust en vermoeidheid
- Voetafwijkingen of verschillen in beenlengte (bijv. ontstaan na een botbreuk)
- Chronische infecties en allergieën
- Slaaptekort

### Waar richt de behandeling zich op?

De behandeling richt zich met name op die klachten waarbij spieren (vaak al langdurig) gespannen zijn en pijnklachten geven. Voorbeelden zijn hoofdpijn, lage rugklachten, tennis- of golfers elleboog, e.d.

Door het gericht prikken met een naaldje worden de spierverhardingen losgemaakt. Doel is het opwekken van een zgn 'local twitch respons' waarna deze spier zich meer ontspant.

Bestaan de klachten langer, dan zijn er meestal meer spieren bij betrokken. Vaak breiden de klachten zich uit, ook langs de wervelkolom. We betrekken deze spieren ook in de behandeling.

### Wat doet een fysiotherapeut eerst?

De gespecialiseerde fysiotherapeut zal allereerst door een gesprek en onderzoek proberen uw klachten goed te analyseren.

In het onderzoek worden die spieren onderzocht die deze pijn zouden kunnen veroorzaken of onderhouden.

In die spieren wordt gezocht naar spierverhardingen, die vaak drukpijnlijk zijn en aanvoelen als een plaatselijke verdikking in een spierstreng.

Maar ook andere gebieden in het lichaam kunnen deze klachten onderhouden. De fysiotherapeut besteedt ook in zijn onderzoek daar aandacht aan.