



Myofasciale Triggerpoint Therapie

Veel mensen hebben last van terugkerende pijnen waaronder hoofdpijn, nek-/schouderpijn, rugpijn, pijn in de benen en voeten. Vaak gaan deze pijnen gepaard met myofasciale triggerpoints. Dit zijn gevoelige plekken in een strakke streng spierweefsel die pijn doen als erop gedrukt wordt. Zie het als een micro verkramping in een spierstreng. Wanneer erop een triggerpoint gedrukt wordt geeft dat een scherpe pijn, het kan de symptomen waar je last van hebt opwekken, het kan pijn geven in een ander gebied (referred pain) en het kan afgeleide gevoeligheid geven. Denk hierbij bijvoorbeeld aan een pijnklacht in het aangezicht waarbij het triggerpoint in de nek zit, of een pijnklachten in de arm waarbij het triggerpoint ligt op het schouderblad.

Een triggerpoint zorgt naast pijnklachten meestal ook voor een beperking van de beweging van de spier waardoor de mobiliteit beperkt kan worden. Als triggerpoints te lang onbehandeld blijven gaan de omringende gebieden vaak ook triggerpoints ontwikkelen.

Myofasciale triggerpoint therapie behandelt de bovengenoemde triggerpoints en zorgt voor meer doorbloeding in het gebied waardoor deze gedeactiveerd worden. Het is een combinatie van drukpunten, massage en stretches (zowel passief als actief). Hierbij neemt de pijn vaak direct af en ontspant de spier waardoor de klachten adequaat bestreden worden.

het is een veilige en doeltreffende behandelingstechniek die goed gecombineerd kan worden met andere therapieën voor een blijvend resultaat.

Wanneer Myofasciale Triggerpoint Therapie:

- Hoofd-/ aangezichtspijn
- Nek-/ schouderpijn
- Rugpijn
- Pijnklachten in de armen
- Pijnklachten in de billen al dan niet met uitstraling in de benen
- Been- en voetpijn

Myofasciale Triggerpoint Therapie wordt vergoed vanuit de aanvullende verzekering en voor sommige chronische aandoeningen vanaf de 21^e behandeling uit de basis verzekering.