

Dry Needling ist eine wirksame Ergänzung zur manuellen Triggerpunkt-Therapie. Hierbei wird mit einer dünnen Nadel ohne Medikament (deshalb der Name dry = trocken) ganz präzise in den Triggerpunkt gestochen, welcher für die aktuellen Beschwerden verantwortlich ist. Dadurch werden die Verkrampfungen gelöst, die lokale Durchblutungssituation verbessert und die lokalen Entzündungsreaktionen gesenkt.

Diese Technik hat aber nichts mit Akupunktur zu tun, ausser dass die gleichen Nadeln verwendet werden. Wenn man den Triggerpunkt trifft zieht sich der Hartspannstrang in dem sich der Triggerpunkt befindet kurz aber heftig zusammen.

(Literatur: www.dryneedling.ch)