

Triggerpunkt-Therapie

Triggerpunkte sind druckempfindliche, schmerzhafte Punkte in der Muskulatur oder der Faszie, die für eine Vielzahl von Beschwerden sorgen können. Sie zeichnen sich durch schlechten Stoffwechsel aus und sind häufig bedingt durch Überlastung und Fehlhaltung ausgelöst. Die hervorgerufenen Beschwerden können sich stark unterscheiden und völlig andere Krankheitsbilder simulieren (Kopfschmerzen, Tennisarm, Lumboischialgie, etc). Der Betroffene empfindet häufig Schmerzen, schmerzhafte Einschränkung der Dehnbarkeit, Schwäche, Taubheit, Brennen, Kribbeln, etc.

In der Behandlung sollen diese Punkte über eine gezielte Druckbehandlung, unter gleichzeitiger Anspannung des betroffenen Muskels, verstoffwechselt werden. In der Regel kommt es zur Schmerzreduktion und Muskelentspannung.