

TRIGGER-POINTS

BASIS-KURS

UE 18

Triggerpunkte entstehen bei sogenannten myofascialen Schmerzsyndromen. Es sind Stellen in der Muskulatur, die auf punktuellen Druck sehr empfindlich reagieren und einen ausstrahlenden Schmerz, die „referred pain pattern“ , geben. Dieser ist für jeden Triggerpunkt weitgehend festgelegt. Die Triggerpunkte reagieren gut auf verschiedene physikalischen Maßnahmen. Dieser Kurs vermittelt die theoretischen Hintergründe, die Möglichkeiten zum Auffinden sowie die Behandlung der Triggerpunkte. Außerdem werden die Unterschiede zwischen Triggerpunkten und Tenderpunkten dargestellt und die unterschiedlichen Behandlungsmethoden erläutert. Eine Auswahl der meistbetroffenen Muskulatur wird aufgezeigt, gleichzeitig mit Präventionsmaßnahmen und Selbstbehandlungsmöglichkeiten. Der Kurs vermittelt ausreichendes Basiswissen, um eine erfolgreiche Behandlung durchführen zu können.

Inhalte:

- Theorie der Trigger-Points
- Unterschied Trigger-Points / Tender-Points
- Palpation der wichtigsten TPs
- Therapiemöglichkeiten (Theorie und Praxis)
- Behandlungsplan (auch praktische Durchführung)

Fortbildungspunkte: 18 FP