

## **Cursus dry needling extremiteiten\* via [www.dryneedling.nl](http://www.dryneedling.nl)**

**Organisatie:** Uplands Physio Clinic\* # 121 - 725 Carmi Avenue Penticton B.C. V2A 3G8 Canada

**Contactpersoon:** Frank Timmermans - Tel: (1)2507703235 - Email: [info@dryneedling.nl](mailto:info@dryneedling.nl)

**Doel:** Aanleren van fysiotherapeutisch onderzoek van myofasciale problemen in schoudergordel/arm – en heup/beenspieren en de behandeling ervan via specifieke dry needling technieken.

**Doelgroep:** Fysiotherapeuten of artsen met minimaal twee jaar praktijkervaring.

**Docenten:** Frank Timmermans en diverse andere collega's die ook provinciale begeleiders zijn.

**Globale inhoud:** zie hieronder bij: Inhoud programma.

**Plaats:** Badhotel te Domburg - [www.badhotel.com](http://www.badhotel.com)

**Logies:** via het Badhotel of via [www.domburg.info/nl](http://www.domburg.info/nl)

**Prijs:** 1100 euro te betalen in twee termijnen van 550 euro .

**Aantal cursisten:** minimaal 15 en maximaal 20 per groep.

**Didactische werkwijze:** theorie via hoorcolleges en praktijk in kleine groepjes met directe supervisie.

**Aantal contacturen en zelfstudie-uren:** 23 en 10; studiemateriaal ontvangt u na de aanmelding.

**Cursusmateriaal:** U ontvangt een manual, een boek, een poster, lunches, koffie , thee en snacks.

**Accreditatie:** 28 punten voor algemeen- of sportfysiotherapeut; manueel wordt opnieuw aangevraagd.

**Aanmelden:** via de [www.dryneedling.nl](http://www.dryneedling.nl) - U ontvangt studiemateriaal ter voorbereiding\*\*

**Regeling voor aan- en afmelding en betaling:** zie op de website onder [Algemene voorwaarden](#).

**Annuleringsvoorwaarden:** volledige restitutie kan tot op een maand voor de cursus.

### **Deze cursus bestaat uit drie dagen:**

#### **Overzicht dag 1**

- 9:00 - 9:30 uur - Registratie en aanmelding
- 9:30 - 11:00 uur - Overzicht myofasciaal pijn syndroom (MPS)
- 11:00 - 12:00 uur - Overzicht dry needling theorie
- 12:30 - 13:30 uur - Lunch
- 13:30 - 15:00 uur - Onderzoek MPS
- 15:00 - 16:30 uur - Praktijk onderzoek MPS
- 16:30 - 18:00 uur - Overzicht (fysio) therapie bij MPS

## **Overzicht dag 2**

- 9:00 – 11:00 uur - Introductie praktijk dry needling; indicaties en contra-indicaties
- 11:00 - 12:30 uur - Overzicht spieren van de heup en het bovenbeen in een myofasciaal kader
- 12:30 - 13:30 uur - Lunch
- 13:30 - 15:30 uur - Praktijk dry needling heup- en bovenbeen spieren
- 15:30 - 16:15 uur - Overzicht spieren van de knie, onderbeen en voet in een myofasciaal kader
- 16:15 - 17:00 uur - Praktijk dry needling knie-, onderbeen- en voet spieren
- 17:00 - 18:00 uur - Herhaling praktijk dry needling heup-, bovenbeen- en onderbeen spieren

## **Overzicht dag 3**

- 9:00 - 9:30 uur - Overzicht spieren schoudergordel en bovenarm in een myofasciaal kader
- 9:30 - 11:00 uur - Praktijk dry needling schoudergordel- en bovenarm spieren
- 11:00 - 11:30 uur - Overzicht spieren van de onderarm, pols en hand
- 11:30 - 12:30 uur - Praktijk dry needling van de onderarm, pols en hand spieren
- 12:30 - 13:30 uur - Lunch
- 13:30 - 16:00 uur - Herhaling praktijk dry needling schoudergordel-, arm-, pols- en handspieren
- 16:00 - 18:00 uur - Herhaling alle praktijk been en arm en evaluatie van de totale cursus

## **Inhoud programma:**

De eerste dag vindt er 's morgens een uitleg plaats van 'myofasciale pijn' en aan de hand van publicaties van Frank Timmermans worden de verschillende kenmerken besproken. Tevens is er een uitleg over 'dry needling' en de specifieke effecten ervan, mede op basis van relevante publicaties.

's Middags wordt de theorie vertaald naar de dagelijkse praktijk. Myofasciale symptomen staan centraal binnen de verschillende onderdelen van het fysiotherapeutisch onderzoek. Nadruk ligt op het herkennen hiervan binnen de anamnese. Daarna worden in de praktijk de verschillende vormen van palpatie gedemonstreerd en vervolgens onder begeleiding geoefend in kleine groepjes.

Eind van de dag is er een korte presentatie over de huidige bewijslast van de verschillende vormen van fysio- en manuele therapie bij myofasciale klachten.

De tweede dag vindt er een introductie van de praktijk dry needling plaats. Theoretisch komen aan bod: de needling technieken op zich, het opwekken van de 'local twitch response' en indicaties en contra-indicaties voor dry needling. Tevens mogelijke complicaties door en bij dry needling en het adequate handelen wanneer deze mochten optreden.

Daarna worden via een power point presentatie de spieren van de heup en het bovenbeen besproken met nadruk op het herkennen en testen van de myofasciale component en het behandelen hiervan via specifieke dry needling technieken. Vervolgens worden deze technieken 's middags in kleine groepjes en onder directe begeleiding geoefend. Hierdoor worden een optimale veiligheid en didactiek gewaarborgd. Later in de middag vindt er een presentatie plaats van de spieren van het onderbeen en de voet ook weer gevolgd door een praktische sessie om de verschillende dry needling technieken aan te leren.

De derde dag worden via een power point presentatie de spieren van de schoudergordel en de bovenarm besproken met nadruk op het herkennen en testen van de myofasciale component. Tevens weer het behandelen hiervan via specifieke dry needling technieken.

Vervolgens worden deze technieken in kleine groepjes en onder directe begeleiding praktisch geoefend. Later in de middag vindt er een presentatie plaats van de spieren van het onderarm en hand ook weer gevolgd door de praktijk voor het aanleren van de verschillende dry needling technieken.

Eind van de dag worden alle technieken nog eens herhaald en het praktisch handelen van alle cursisten geëvalueerd. Tevens is er tijd om een evaluatieformulier in te vullen.

## **Na de cursus is de cursist in staat om op een klinisch relevante wijze te bespreken:**

1. Het concept 'myofasciale pijn syndroom' (MPS); de prevalentie, specifieke kenmerken en de verschillende hypothesen van deze pathologie.
2. Het belang van de verschillende oorzaken van MPS en klachtenbeïnvloedende factoren.
3. Het concept 'dry needling' en de specifieke verschillen met andere vormen van 'needling.'
4. Specifieke effecten van dry needling; ondersteund door wetenschappelijke publicaties.
5. De theorie mbt het belang van een juiste needling techniek ter opwekking van de 'local twitch respons' (LTR).
6. De rol van de anamnese en het lichamelijk onderzoek in de diagnose van de patiënt met myofasciale klachten.
7. De bewijslast van fysio- en manuele therapie bij de patiënt met MPS.
8. De indicaties, contra-indicaties en mogelijke complicaties van dry needling therapie.
9. Het praktisch therapeutisch belang van het opwekken van LTR voor een optimaal behandelresultaat.
10. Het herkennen van myofasciale problemen binnen de anamnese en onderzoek van de patiënt met heup-, been- en/of voetklachten.
11. De behandeling van deze patiëntengroep met de juiste dry needling technieken.
12. Het herkennen van myofasciale problemen binnen de anamnese en het onderzoek van de patiënt met schouder-, arm- en/of handklachten.
13. De behandeling van deze patiëntengroep met de juiste dry needling technieken.

\* © **Uplands Physio Clinic**: Overname van teksten en / of foto's uitsluitend met toestemming.

Frank Johan Timmermans Physiotherapist Corporation

# 121-725 Carmi Avenue Penticton B.C. Canada

Tel: (1)2507703235 / Fax: (1)25077032

Email: [info@dryneedling.nl](mailto:info@dryneedling.nl)

Website: [www.dryneedling.nl](http://www.dryneedling.nl)

Bankrelatie: ING 2013219

\*\* Literatuur wordt gemaïld na uw aanmelding en dient vooraf gelezen te worden.