

Dry Needling

Was bedeutet Dry Needling?

Dry Needling bedeutet übersetzt "trockenes Nadeln" und bezeichnet den Vorgang mit einer sterilen Akupunkturnadel in verhärtete Stellen, den sogenannten myofaszialen Triggerpunkten, der Muskulatur zu stechen.

Was sind Triggerpunkte?

Triggerpunkte sind verhärtetes und verklebtes Muskelgewebe. Auf dem Bild seht ihr einen Triggerpunkt. Die einzelnen Muskelfasern bestehen aus Muskelzellen (Sarkomer). Diese Muskelzellen ziehen sich zusammen und verkleben (Triggerpunkt).

Dadurch entsteht eine Umfangsvermehrung, die auf die anderen Muskelfasern drückt und somit den gesamten Muskel beeinflusst. Triggerpunkte sorgen zudem dafür, dass die Sauerstoffsättigung und der Muskelstoffwechsel behindert werden. Triggerpunkte können auch "ausstrahlen".

Wir selbst kennen das vielleicht auch: Wie fühlen einen "Muskelknoten" in der Schulter. Bei Druck darauf verspüren wir ein Ziehen im Arm oder im Kopf. Dies nennt man "referred pain" (übertragener Schmerz).

Genau so kann es unseren Pferden gehen. Ein Triggerpunkt in der Vorhand kann z.B. auch zu Schmerzen in der Sattellage führen.

Was passiert beim Dry Needling?

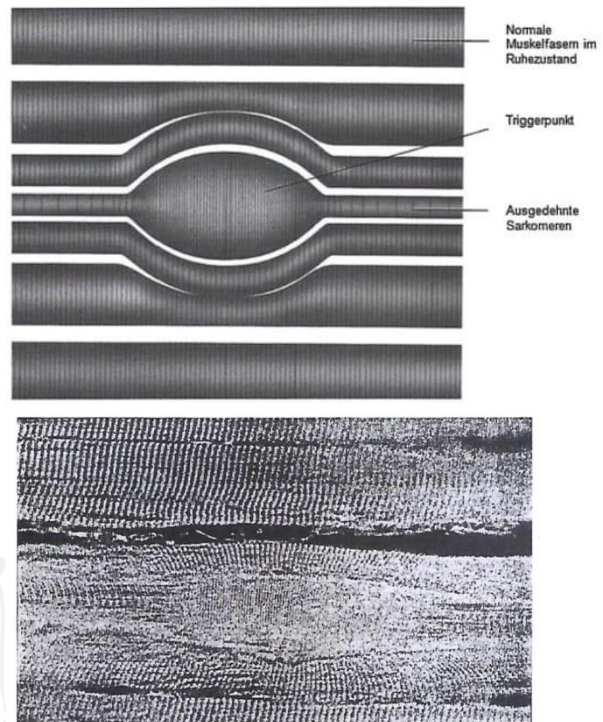
Beim Einstich mit der Metallnadel kommt es zu einer Entladung. Die durcheinandergewürfelten Ionen im Muskel werden schlagartig entladen und in die richtige Bahn gebracht. Als Patient spürt man hier vielleicht ein leichtes Kribbeln oder Zucken, was als angenehm empfunden wird.

Zudem wird beim Dry Needling eine lokale Reaktion ausgelöst. Der Muskel "twitcht" (zuckt) und löst die Verspannung auf. Ist der Triggerpunkt bereits aktiv (referred pain) kann man hier auch einen Blitz oder ein Zucken im gesamten Körper oder den betroffenen Arealen spüren. Das ist dann der referred release (übertragene Entspannung). Dies geschieht in Bruchteilen von Sekunden und wird von den meisten Patienten als angenehm und erleichternd empfunden.

Durch die lokale Behandlung wird der Muskelstoffwechsel und die Sauerstoffsättigung des Muskels stark angeregt. Dies ist sofort und direkt spürbar (ein Mensch würde dies als "Muskelkater" bezeichnen).

Was ist nach dem Dry Needling zu beachten?

Da bei der Behandlung auch Abfallprodukte der Zellen gelöst werden, sollte das Pferd im Anschluss noch kurz laufen können (ca. 20 Minuten spazieren oder wirklich laufen auf dem Paddock), damit die Abfallstoffe abtransportiert werden können. Dehnungsübungen und gezielte Bewegungsübungen,



welche ich nach der Behandlung mit dem Besitzer bespreche, können ebenfalls hilfreich sein. Nach der Behandlung sollte das Pferd mindestens 24 Stunden nicht geritten werden. Spaziergänge oder eine lockere Longeneinheit im Schritt und Trab sind möglich. Weitere Pausenzeiten sind abhängig von den vorausgegangenen Problematiken und werden im Termin besprochen.

Wann ist Dry Needling sinnvoll?

Dry Needling ist ein tolles Werkzeug, aber auch sehr effektiv, sodass eine Behandlung nicht so häufig durchgeführt werden muss. Oft ist das Dry Needling so wirksam, dass nur eine Behandlung notwendig ist. Grundsätzlich kann man den Pferden mit einer Behandlung alle 6 oder 12 Monate immer etwas Gutes tun und stärkeren Problemen vorbeugen.

Doch meist kommen Besitzer auf mich zu, wenn bereits Probleme vorliegen. Diese können z.B. so aussehen:

- Rittigkeitsproblemen
- Problemen mit Stellung und Biegung
- festem Rücken und "weggedrücktem" Rücken
- Abwehrreaktionen beim Satteln und Gurten
- Zittern/Zucken beim Putzen
- Berührungsschmerzen
- Kompensationshaltungen
- Abwehrreaktionen beim Reiten (z.B. Buckeln oder Kopfschlagen)
- Verkürzte Bewegungen aus dem Schultergelenk oder der Hinterhand
- Kurz-Treten einer Diagonalen
- Taktfehlern aufgrund von Verspannungen
- u.v.m.



Wie man sieht, ist das Dry Needling vielseitig einsetzbar. Ob es wirklich etwas für dein Pferd ist, können wir gerne in einem Gespräch abwägen. Melde dich dazu gerne bei mir.

Tel. 01520 4814729

oder

Mail info@pferdeheilpraktiker-nrw.de



Pferdeheilpraxis
Irena Lensker