

## Triggerpunkte – eine häufig übersehene Ursache akuter und chronischer Schmerzen

Myofasziale Triggerpunkte sind schmerzhafte lokale Verkrampfungen/Gelosen im Muskel.

Sie übertragen Schmerzen in andere Regionen (referred pain), der Patient nimmt den übertragenen Schmerz in einer anderen als der auslösenden Region wahr.

## TRIGGERPUNKT-THERAPIE



Agentur hochts, Bünde [www.hochts.com](http://www.hochts.com)

**Dr. med. Ferdinand Giesen**  
Johanniterstraße 1a  
32545 Bad Oeynhausen  
Tel.: (0 57 31). 15 16 22-0  
Fax: (0 57 31). 15 16 22-8  
mobil: (0 171). 742 05 36  
[www.orthopaedie-bad-oeynhausen.de](http://www.orthopaedie-bad-oeynhausen.de)  
E-Mail: [PraxisDr.F.Giesen@t-online.de](mailto:PraxisDr.F.Giesen@t-online.de)



### Dr. med. Ferdinand Giesen

*Dr. Giesen ist Facharzt für Orthopädie, Chirotherapie, Physikalische Therapie und Akupunktur.*

*Ausbildung in TCM und Akupunktur an der Universität Witten-Herdecke, TCM-Universität Nanjing (China) und der Forschungsgruppe Akupunktur und chinesische Medizin e.V.*

*Osteopathieausbildung mit Diplom der Universität Philadelphia (PCOM) und der DAAO, Gründungsmitglied der europäischen Arbeitsgruppe EAO e.V.*

*Mitarbeit am Lehrstuhl für Komplementärmedizin der Universität Witten-Herdecke.*

*1991 Facharztprüfung für Orthopädie und Niederlassung in Bad Oeynhausen.*

## Triggerpunkt-Therapie

Triggerpunkte entstehen durch Trauma, Überlastung oder chronische Fehllhaltung, aus ihnen entwickelt sich im schmerzhaften Muskel ein verkürztes Bindegewebe (chronifiziertes Stadium).

Für jeden Muskel gibt es ein typisches Schmerzmuster. Anhand dieses Musters kann der ausgebildete Therapeut den Ursprungsort erkennen und eine spezifische Therapie einleiten.

## Empfehlenswerte Indikationen für eine Triggerpunkt – Therapie (TrP-Therapie):

- Schmerzen am Bewegungsapparat
- gestörte Bewegungsabläufe der Muskulatur
- schmerzhafte Bewegungseinschränkungen
- vegetative Störungen in der Muskulatur

Dr. Giesen hat seine Ausbildung als Triggerpunkt-Therapeut bei der MWE absolviert und arbeitet nach den Techniken von Simon/Travells und Dejung.



## Die Therapie besteht z. B. aus:

- Manueller Triggerpunkttherapie (Dehnung und Druckmassage mit Hand oder Stäbchen)
- Dry needling (lokales Setzen von Akupunktur – Nadeln)
- Infiltration (lokale Neuraltherapie mit z.B. Procain oder Lidocain)
- Stosswellentherapie (Radiale, evtl. auch fokussierte Stosswelle)