

Triggerpunkttherapie

Die Triggerpunkttherapie hat als Ziel die Beseitigung sogenannter „myofaszialer Triggerpunkte“. Diese sind lokal begrenzte Muskelverhärtungen in der Skelettmuskulatur, die lokal druckempfindlich sind und von denen übertragene Schmerzen ausgehen können. Rund 80 bis 90 % der Schmerzsyndrome sollen auf derartige Muskulaturverhärtungen zurückzuführen sein.

So ist bspw. ein myofaszialer Triggerpunkt im Schulterheber-Muskel (M. trapezius), der Schmerzen im Hinterkopf/Schläfenbereich auslösen (triggert) kann, auch in den meisten Fällen der Auslöser für jene Schmerzbilder. Die therapeutischen Möglichkeiten richten sich hauptsächlich auf die gezielte Reduktion/Deaktivierung der permanent kontrahierten Muskelfasern sowie die anschließende nachhaltige Prophylaxe dieser dauerhaft verkürzter oder fehlbeanspruchter (ungünstige Arbeitshaltung, mangelhaften Trainingszustand, etc.) Muskeln. Der therapeutische Effekt ist sofort spürbar. Innerhalb der Behandlung werden die Schmerzbilder des Patienten reproduziert, dies lässt somit einen Beweis der Zugehörigkeiten zwischen Schmerzbild und Muskel zu.