

# VERSCHILLENDE BEHANDELTECHNIEKEN

**Naast algemene fysiotherapeutische mobilisaties, oefentherapie en training worden in de praktijk aanvullende behandeltechnieken aangeboden.**

## **DRY NEEDLING**

Dry Needling is een fysiotherapeutische behandeltechniek waarbij gebruik wordt gemaakt van een acupunctuurnaaldje. Dry Needling is een fysiotherapeutische interventie die op korte termijn vermindering van verhoogde spierspanning geeft en resulteert in een afname van de klachten. Bij Dry Needling wordt gebruik gemaakt van één naaldje. Dit is een steriele droge (dry) naald, er wordt dus geen vloeistof ingespoten. Met deze naald wordt vervolgens kortdurend de desbetreffende spier aangeprikt op de 'trigger-points'. Het prikken van het naaldje voelt u in principe niet.

## **MEDICAL TAPING**

De basis van het Medical Taping werd in de jaren zeventig gelegd in Japan en Korea. Hier werden destijds tapemethodes ontwikkeld vanuit de gedachte dat beweging en spieractiviteit essentieel is om gezondheid te behouden of te herstellen. De achtergrondgedachte is dat spieren niet alleen nodig zijn voor beweging, maar daarnaast ook bepalend zijn voor bijvoorbeeld de bloed- en lymfecirculatie en de lichaamstemperatuur. Als spieren niet goed functioneren, kan dat dus een scala van klachten en aandoeningen geven. Tijdens de ontwikkeling van deze methode bleek al snel dat het toepassingsgebied veel ruimer was dan alleen het behandelen van spieren.



## CUPPING

Cupping is een zuigtechniek waarbij er gebruik wordt gemaakt van cups die vacuüm worden gezogen op de huid. Door het ontstane vacuüm wordt de huid deels in de cup gezogen, hierdoor wordt er bloed naar de behandelde plek gezogen. Het gevolg is een betere doorbloeding en het lichaam ontdoet zich sneller van afvalstoffen (via de poriën). Verklevingen en diepe spierknopen worden als het ware naar de oppervlakte gezogen waardoor blokkades op pijnpunten en vastzittende gewrichten worden opgeheven.



## FASCIA INTEGRATIE THERAPIE

De Fascia Integratie Therapie methode is een nieuwe vorm van fysiotherapie welke erkend is door de beroepsgroep.

De fascia zijn de bindweefselvlieszen die de botten, spieren en pezen met elkaar verbinden. Fascia is één groot driedimensionaal elastisch bindweefselnetwerk in het lichaam dat loopt van top tot teen, van huid tot in het bot. Het fasciasysteem zorgt voor stabiliteit, soepele bewegingen en veerkracht. Bij de Fascia Integratie Therapie methode wordt er niet alleen gekeken naar het gebied van de klacht zelf, maar ook naar uw houding en beweging als geheel en de rol van de fascia hierbij.

## SHOCKWAVE THERAPIE

Shockwave therapie maakt gebruik van krachtige geluidsgolven om hardnekkige blessures te behandelen zoals hielspoor, tenniselleboog en schouderklachten. Geluidsgolven stimuleren de natuurlijke genezingsprocessen van het lichaam door verbetering van de bloedsomloop en stimulatie van celregeneratie.



**fysio &  
leefstijl**

### Locaties

**Medisch Centrum Vinkeveen**

**PK Sport**

**Hanuman Gym**

**Sportvereniging Hertha**

Tuinderslaantje 3 - 3645 EX Vinkeveen

Voorbancken 26 - 3645 GV Vinkeveen

Rendementsweg 12d - 3641 SK Mijdrecht

Mijdrechtsedarsweg 4a - 3648 BS Wilnis