

# Cursus: Dry needling

Verantwoording studiepunten.

## Lesprogramma

Programma onderdeel	Studie-uren
Online cursus	5,5 uur zelfstudie 2 uur oefenvragen en toets
Praktijk cursus	12 uur
Totaal cursus	19,5 studie-uren

### **Algemene leerdoelen:**

Na het bestuderen van de theorie, het maken van het theorie-examen en het volgen van de praktijklessen inclusief toets:

1. Weten cursisten wat dry needling is, wat de plaats van dry needling is binnen de (bekken-)fysiotherapeutische behandeling, wat de indicaties en contra-indicaties zijn, hoe men hygienisch en hoe men veilig werkt om penetratie van ribben, arteria, vena en nervi, organen en buikwand te vermijden.
2. Beheersen zij gedetailleerd de anatomie in vivo van voor deze cursus belangrijke spiergroepen en kunnen zij triggerpoints vinden in uitwendig te behandelen spieren.
3. Bij de in de cursus aangegeven spieren triggerpoints kunnen de cursisten op een hygienische, veilige en voor de patient minimaal belastende manier met dry needling behandelen en weten zij dit toe te passen binnen de eerder aangeleerde vaardigheden van de opleiding Bekkenpijn tijdens en na de zwangerschap.
4. Beheersen de cursisten het klinisch redeneren met betrekking tot ontstaan en optreden van triggerpoints en de verandering in beweeg- en houdings patronen van bekken en romp/schoudergordel, en welke symptomenbeelden deze teweeg kunnen brengen.
5. Weten de cursisten specifieke huiswerk oefeningen op te stellen om mee te geven aan cliënten.

**Praktijkcursus dag 1 Bekkenpijn, dag 2 zelfde programma over Posturale disfuncties**

Tijdstip	Onderdeel	Inhoud	Totaal tijd	Leerdoelen
09.30 u	Inleiding in dry needling bij bekkenpijn	De docent geeft een PowerPoint presentatie over dry needling in Nederland <ul style="list-style-type: none"> <li>- Geschiedenis/belangrijke personen</li> <li>- Verschillen in technieken</li> <li>- Complicaties dry needlen</li> <li>- Contraindicaties dry needlen</li> <li>- Rol van dry needlen bij bekkenpijnlachten</li> </ul>	1 u	1
10.30 u	Hfst 1 Anatomie in Vivo, een goede basis	Docent demonstreert het palperen van bony landmarks en bespreekt met de groep welke spieren invloed hebben op de stand van de bekkendelen ten opzichte van elkaar	20 min	1,2, 4
10.50 u	15 min pauze  Gevaren bij dry needling van de spieren die aanhechten aan en rond het bekken	Docent bespreekt en demonstreert hoe a.,v. en nn. worden afgekaderd op het bovenbeen/lies en daarna wordt in groepen van 3 vivo geoefend en op het been/bekken getekend. Iedere later te needlen spier wordt eerst specifiek aangespannen tegen weerstand en daarna in omtrek getekend.	60 min	1,2,4
11.50 u	Hfst 2 oefenen dry needlen en stretches	De techniek van dry needlen wordt uitgebreid besproken, inclusief gebruik van handschoenen, veiligheidsregels, contraindicaties, diverse technieken met de naald,	70 min	3,5

		ontsmetting van huid/handen, gebruik van naaldcontainer, letten op datum naalden. Soort en dikte naalden. Wanneer gebruik je welke naald. Vervolgens wordt de techniek eerst aangeleerd op een handdoekrol en daar ook op geoefend met verschillende richtingen/technieken en naaldlengtes en diktes. Daarna wordt de techniek geoefend op de grote spieren van bil- en bovenbeen.		
13.00 u	<i>Pauze</i>			
14.00 u	Oefenen vervolg  15 min pauze	Docent demonstreert de technieken per spier en benoemt de indicaties en bijzonderheden in uitgangshouding of gevarezone en daarna wordt in groepen van 3 geoefend. Assistenten rouleren per bank.	1,5 u	1,2,3,4
15.30 u	Hfst 3 Klinisch redeneren en op dag 2 eindtoets	Groepsopdrachten afgewisseld met plenaire casuïstiek. Praktijktoets in tweetallen	1,5 u	1,2,3,4,5
17.00 u	Einde		Totaal: 6 uur per dag	