



Triggerpunktkurse:

Kursreihe in 3 Teilen (Level 1 / TP 1-3) sowie zwei Aufbaukursen (Level 2 / TP A 1+2)

Kursreihenfolge: Empfehlung zum Start mit Kursteil 1, ansonsten beliebig

Voraussetzung für die Aufbaukurse ist der Nachweis über die jeweils absolvierten

Triggerpunktkurse 1-3 aus Level 1

„Trigger“ = Auslöser für Schmerz und Bewegungseinschränkung, Spastik und Wahrnehmungsstörungen

Myofasziale Triggerpunkte sind zu einem sehr hohen Prozentsatz von über 80% an Schmerzsyndromen des Bewegungsapparates beteiligt – ihr Anteil wird allerdings häufig unterschätzt. Gerade bei hartnäckigen oder therapieresistenten Beschwerden, zum Beispiel im Bereich der Wirbelsäule oder in Gelenken, aber auch bei Tinnitus und Schwindel erweist sich die Triggerpunktbehandlung jedoch als erfolgreicher Therapieansatz. Die gezielte Befundung und Behandlung der myofaszialen Strukturen nach dem **ProTrigger®-Konzept** ist die ideale Ergänzung zu einer gelenkbezogenen manuellen Therapie. In den Kursen erwerben Sie alle Kenntnisse über die Entstehungsmechanismen und klinischen Auswirkungen der Triggerpunkte.

Weiterhin erfahren Sie, basierend auf den Prinzipien von Dr. Janet G. Travell und Prof. David G. Simons, wie man die verschiedenen myofaszialen Triggerpunkte diagnostiziert, gezielt behandelt und deren Ursachen erkennt. Durch die anschauliche Erklärung der Muskelfunktionsketten vertiefen Sie Ihre Kenntnisse muskulärer Zusammenhänge, um damit den Patienten physiologische Bewegungsabläufe zu ermöglichen. Des Weiteren lernen Sie Bewältigungsstrategien kennen, die Ihnen eine bestmögliche Beratung der Patienten möglich macht und damit Ihren Therapieerfolg gemeinsam mit den Patienten sichert.

Voraussetzungen: Die Kurse richten sich an Ergotherapeuten, Physiotherapeuten und Heilpraktiker.

Kurse:

Level 1 Hier werden die am häufigsten betroffenen Muskeln besprochen.	Level 2 Hier werden Themen aus Level 1 wiederholt und die seltener betroffenen Muskeln besprochen.
Teil I ➤HWS – obere BWS – Schulterblatt - Schultergelenk	Teil I ➤HWS – obere BWS – Schulterblatt - Schultergelenk
Teil II ➤ Lenden-Becken-Hüft-Region	Teil II ➤ Lenden-Becken-Hüft-Region
Teil III ➤ Obere und untere Extremität	



Erfolgreiche Einsatzbereiche der myofaszialen Triggerpunkttherapie sind unter anderem

Chronische Schmerzen

- im Kopf- und Gesichtsbereich (z.B. atypische Trigeminusneuralgie, atypische Zahnschmerzen & Kiefergelenksprobleme)
- im Nacken und in der Wirbelsäule
- im Schultergelenk
- in der Hüfte
- in Knie und Fuß

Bewegungseinschränkungen / Blockaden / Fehlstatik

- Wirbelsäulen- und Bandscheibenprobleme
- Skoliosen
- Haltungsstörungen (z.B. Knie- und Fußprobleme)
- Schulterhochstand
- ISG-Probleme
- Sehnen- und Knochenhautreizungen (z.B. Tennisellenbogen, Kniescheibenreizungen, Achillessehnenprobleme, Fersensporne)
- schnellende Finger / Daumen
- Morbus Dupuytren

Arthritis / Arthrose / Rheuma Durchblutungsstörungen

- der Angina Pectoris ähnliche Symptome
- Herzrhythmusstörungen
- Krämpfe (z.B. Wadenkrämpfe)
- Tinnitus
- Schwindel
- vorübergehende Sehstörungen

Vegetative Störungen

- kalte Hände / Füße
- Verdauungsstörungen
- vermehrtes Schwitzen

Nerven- und Gefäßeinklemmung

- Ausstrahlungen in Arme / Beine (Ischialgien)
- Karpaltunnelsyndrom
- Brennen / Kribbeln / Taubheit

Schlafstörungen

Viele Symptome neurologischer Grunderkrankungen, z.B.

- Spastik, Rigor, Tremor, Ataxie, verminderte Spannung der Muskulatur (Hypotonus), Wahrnehmungsstörungen