

## Triggerpunkt- und Faszien-Therapie

Es wird auch heute (oft) nicht erkannt, dass viele Beschwerden myofascialen Ursprungs sind z. B. Zahnschmerzen u.v.m. Da ist die Triggerpunkt-Therapie eine tolle Technik. Ein analytisches, funktionelles Denken und fundiertes Wissen über jeden Muskel und deren Zusammenspiel mit weiterer Muskulatur und Gelenken ist notwendig. Dies wird in den Kursen mit verschiedenen Schwerpunkten trainiert. Die Technik ist gut kombinierbar mit anderen Therapien.

### Kursinhalt

- Anatomie, Palpation, Tests der Muskulatur in der jeweiligen Region
- Typische Beschwerdebilder des jeweiligen Muskels werden besprochen
- Lernen, welche Muskeln zuständig sind und welche TP (Triggerpunkte) in diesem Muskel zu behandeln sind
- Mittels Verlaufszeichen ein effizientes Therapieren trainieren
- Für jeden Muskel werden die Hausaufgaben geübt

### Kursziel

Die Teilnehmenden

- sind sicher in der Palpation, Anatomie in vivo
- kennen Indikationen und Kontraindikationen der Technik
- kennen für die besprochenen Muskeln die entsprechenden Tests
- sind fähig für jeden Patienten ein individuelles Therapiekonzept zu erstellen
- kennen die Möglichkeiten und Grenzen dieser Technik
- erkennen, wann weitere Massnahmen erforderlich sind

### Dozentin

Britta Gimmi

### Kursinfo

Theorie & Praxis  
 Basiskurs: 14 Kursstunden  
 Modul 1: 14 Kursstunden  
 Modul 3: 21 Kursstunden  
 max. 16 Teilnehmer

### Voraussetzung

Med. MasseurIn eidg. FA, Med. Therapieausbildung, vorab besuchter Basiskurs, danach ist die Reihenfolge frei wählbar

- 📅 **Basiskurs:** Fr – Sa, 31.03. – 01.04.2023
- 📅 **Modul 1:** Fr – Sa, 20. – 21. Oktober 2023
- 📅 **Modul 3:** Fr – So, 02. – 04. Juni 2023
- 🕒 9.00 – 12.30 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr
- 📍 Schachenallee 29, 5000 Aarau
- 👤 **vdms-asm-Mitglieder** siehe Kursmodul
- 👤 **Nichtmitglieder** siehe Kursmodul
- 👜 Mitbringen: Schreibmaterial

### Basiskurs | 31. März – 01. April 2023

vdms-asm-Mitglieder CHF 380.00

Nichtmitglieder CHF 510.00

#### Theorie, Muskeln Unterarm

- 6 Techniken und ihre Wirkungen, psychologische Aspekte
- Klinische Zeichen
- Unterschied von latenten/aktivierten-, primären/ sekundären- und Satelliten-TP
- Gründe für Fehlreaktionen, entsprechende Massnahmen
- Ursachen des myofascialen Schmerzsyndromes (MSS)
- Absolute und relative Kontraindikationen
- Epicondylitis, Cubitales -, carpales Tunnelsyndrom u. v. m.



### Modul 1 | 20. – 21. Oktober 2023

vdms-asm-Mitglieder CHF 380.00

Nichtmitglieder CHF 510.00

#### Hals und Nacken, Fibromyalgie

- Anatomie, Palpation, Tests der Nacken- und Halsmuskulatur bis in die tiefen Schichten
- Typische Beschwerdebilder des jeweiligen Muskels werden besprochen, z. B. Kopf-, Gesichtsschmerzen, Torticollis, TOKS u. v. m.



### Modul 3 | 02. – 04. Juni 2023

vdms-asm-Mitglieder CHF 570.00

Nichtmitglieder CHF 765.00

#### Schultergürtel und Oberarm

- Anatomie, Palpation, Tests der Muskulatur von Schulter und Oberarm bis in die tiefen Schichten
- Typische Beschwerdebilder des jeweiligen Muskels und der Region
- werden besprochen, z. B. Impingement, «Herzprobleme», PHS, «frozen» shoulder, PHS u.v.m.

