

Triggerpointbehandeling

U heeft een afspraak voor een triggerpointbehandeling. Deze behandeling vindt plaats op het Dagcentrum van locatie AMC van het Amsterdam UMC. Uw behandelend arts heeft enkele zaken al met u besproken. In deze folder vindt u meer informatie over de behandeling. Het is goed u te realiseren dat uw situatie anders kan zijn dan hier is beschreven.

Wat is een triggerpoint?

Een myofasciaal triggerpoint is een (zeer) drukpijnlijke plek in een spier. Als er druk op gegeven wordt, wekt dit een uitstralende pijn op in de triggerpoint zelf of in een ander deel van het lichaam. Elk triggerpoint heeft een specifiek uitstralingsgebied van pijn.

De behandeling staat uit twee delen: het toedienen van een injectie door de pijnspecialist, gevolgd door fysiotherapie door een fysiotherapeut. De behandeling heeft tot doel het triggerpoint te verminderen en na een aantal behandelingen te laten verdwijnen.

Vorbereidingen

Afspraak voor fysiotherapie

Het is van belang dat u voorafgaand aan de behandeling een intake door de fysiotherapeut afspreekt. De behandeling door de fysiotherapeut moet binnen 1 tot 1½ uur na de injectie plaatsvinden.

Vergoeding van de behandeling

Het hangt van uw verzekering af of de fysiotherapeutische behandeling volledig wordt vergoed. We adviseren u contact op te nemen met uw zorgverzekeraar.

Belangrijk om te melden

Neem voor de behandeling contact op met de afdeling Pijngeneeskunde als één van de onderstaande zaken op u van toepassing is en u deze nog niet heeft besproken met de pijnspecialist. Deze informatie kan belangrijk zijn voor uw behandeling:

- Gebruik van bloedverdunnende geneesmiddelen. De pijnspecialist zal met u bespreken of en hoelang van te voren u moet stoppen met de geneesmiddelen.
- Allergie of overgevoeligheid voor jodiumhoudende contrastmiddelen, jodium, geneesmiddel en/of pleister.

Koorts

Als u op de dag van de behandeling koorts heeft, kan de behandeling op dat moment niet doorgaan. Neem in dat geval tussen 7:00 uur en 16:30 uur contact op met het Dagcentrum. Zij zijn bereikbaar op telefoonnummer 020-566 4078.

Gang van zaken

Melden

U kunt zich melden bij de receptie van het Dagcentrum (afdeling D-0). Zorg dat u op tijd aanwezig bent. Onze gastvrouw of gastheer ontvangt u.

In verband met het gebruik van röntgenstralen, kan een begeleider niet bij de behandeling aanwezig zijn. Hij/zij kan wachten in de wachtruimte.

Houd rekening met een verblijf in het ziekenhuis van ongeveer twee uur.

De behandeling

Deze behandeling kan uitgevoerd worden door een anesthesioloog-pijnspecialist, door een anesthesioloog in opleiding tot pijnspecialist of door een arts in opleiding tot anesthesioloog.

De pijnspecialist spuit een lokaal verdovingsmiddel in het triggerpoint in de spier. Op de prikplaats plaatst de pijnspecialist een pleister. Hierna gaat u naar de fysiotherapeut, die de spieren door middel van oefeningen oprekt.

De behandeling duurt ongeveer 20 minuten. Het aanprikken van het triggerpoint kan gevoelig zijn.

Complicaties/bijwerkingen

De volgende complicaties of bijwerkingen kunnen na een triggerpointbehandeling optreden:

- Tijdelijke krachtvermindering of een doof gevoel in een arm of been. Dit is een gevolg van de verdoving. Na enkele uren is de verdoving uitgewerkt.
- Als er een bloedvaatje is geraakt bij het prikken, kan een bloeding ontstaan. Dit kan pijn veroorzaken.

Ontslag

Naar huis

Na de behandeling bij de pijnspecialist kunt u in de meeste gevallen zelf aan het verkeer deelnemen. U kunt dus zelfstandig naar de fysiotherapeut en naar huis. Op de prikplaats wordt een pleister geplakt. Deze mag u 's avonds of de volgende dag verwijderen. U kunt dan ook weer douchen en baden.

Weer thuis

Na een triggerpointbehandeling kunnen de bestaande pijnklachten eerst verergeren. Dit is van tijdelijke aard. U kunt hiervoor eventueel een pijnstiller innemen (bijvoorbeeld Paracetamol volgens bijsluiter). Het effect van de triggerpointbehandeling kan meestal pas na een aantal behandelingen worden beoordeeld. Hiervoor wordt een controle afspraak met u gemaakt. Het is echter goed mogelijk dat u al eerder merkt dat uw pijnklachten minder worden.

Tot slot

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, neem dan contact op met de polikliniek Pijngeneeskunde telefoonnummer 020-5662303.

Voor het afzeggen of verzetten van uw afspraak neemt u contact op met het Dagcentrum, telefoonnummer 020-5664078.

Bronvermelding: deze tekst is tot stand gekomen met behulp van de teksten van het Diakonessenhuis.