

## 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 und Patientin ein individuelles Therapiekonzept zu erstellen
- kennen die Möglichkeiten und Grenzen dieser Technik
- erkennen, wann weitere Massnahmen erforderlich sind

### Dozentin

Britta Gimmi

### Kursinfo

Theorie & Praxis | max. 16 Teilnehmer  
 Basiskurs: 14 Kursstunden  
 Modul 1: 14 Kursstunden  
 Modul 2: 21 Kursstunden  
 Modul 3: 21 Kursstunden

### Voraussetzung

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

📅 **Basiskurs:** Fr – Sa, 12. – 13. April 2024

📅 **Modul 1:** Fr – Sa, 08. – 09. Nov. 2024

📅 **Modul 2:** Fr – So, 24. – 26. Mai 2024

🕒 **Modul 3:** Fr – So, 27. – 29. Sept. 2024

📍 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 | 12. – 13. April 2024

#### 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.

vdms-asm-Mitglieder CHF 380.00 | Nichtmitglieder CHF 560.00

### Modul 1 | 08. – 09. November 2024

#### 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.

vdms-asm-Mitglieder CHF 380.00 | Nichtmitglieder CHF 560.00

### Modul 2 | 24. – 26. Mai 2024

#### Unterer Rumpf, Becken, Beine

- Anatomie, Palpation, Tests der Muskulatur im unteren Rumpf, Becken und Beine
- Typische Beschwerdebilder des jeweiligen Muskels werden besprochen,
- z. B. Lumbalgie, Piriformissyndrom, Leisten-, Knieschmerzen, Hallux valgus u.v.m.

vdms-asm-Mitglieder CHF 570.00 | Nichtmitglieder CHF 840.00

### Modul 3 | 27. – 29. September 2024

#### 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.

vdms-asm-Mitglieder CHF 570.00

Nichtmitglieder CHF 840.00

