Afspraak en vergoeding

U kunt zonder verwijzing een afspraak maken. Dry needling is onderdeel van een fysiotherapeutische behandeling. Vergoeding vanuit uw aanvullende verzekering hangt af van uw pakket en het aantal resterende behandelingen. Hiervoor geldt geen verplicht eigen risico.

Fysio Topfit heeft contracten met alle zorgverzekeraars. Dit betekent niet dat elke behandeling automatisch wordt vergoed. Controleer uw polis. Zonder vergoeding betaalt u zelf; vraag ons vooraf naar het actuele tarief.

Onze dry-needlingspecialisten

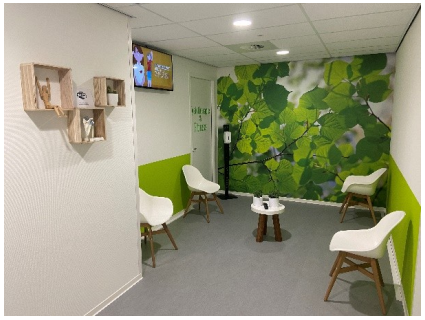
Ter Aar
Krista van Kempen, Mabel van der Winden en Marcia Backer

Nieuwkoop
Eveline van der Weijden

Boskoop
Daphne Vergeer en Joram Janson

Wat neemt u mee

Een geldig identiteitsbewijs, uw verzekeringsgegevens en een eventuele verwijzing. Draag gemakkelijk zittende kleding, zodat de te behandelen spieren goed bereikbaar zijn. Neem een actueel medicatieoverzicht mee.



Onze locaties

Ter Aar
Medisch Centrum Vosholplein
Vosholplein 1-4, 2461 AA Ter Aar
0172-603434
teraar@fysiotopfit.nl

Boskoop
Medisch Centrum Boomgaard
Boomgaard 215F, 2771 PD Boskoop
0172-212147
boskoop@fysiotopfit.nl

Nieuwkoop
Maarten Freeke Wije 2D, 2421 TP Nieuwkoop
0172-575595
nieuwkoop@fysiotopfit.nl

Algemeen
085-0514000
blijftopfit@fysiotopfit.nl

WhatsApp
06-57250687
(alleen berichten, niet bellen)

Scan voor de openingstijden

Download onze apps

Fysio Topfit

Download in de App Store

Topfit met Toppie

ONTDEK HET OP Google Play

Gratis te downloaden voor iPhone en Android.

Dry needling

bij Fysio Topfit

Heeft u last van pijnlijke of gespannen spieren in bijvoorbeeld uw nek, schouders of rug? Dry needling kan bij sommige spierklachten een aanvulling zijn op uw behandeling.

Gericht behandelen van spierklachten

Met een dun naaldje prikkelt de fysiotherapeut een pijnlijke plek in een spier. Het doel is pijn en spierspanning te verminderen en bewegen te vergemakkelijken. Er wordt niets ingespoten.

Samen bespreken we of deze techniek bij u past. Oefeningen, bewegen en advies blijven belangrijke onderdelen van uw herstel.

Maak een afspraak

Scan de QR-code of bel 085-0514000.
Wij bespreken graag welke behandeling bij u past.

Versie 2.2 – november 2026

Wat is dry needling

Dry needling is een techniek binnen de fysiotherapie waarbij een spier met een dun naaldje wordt aangeprikt. Het woord dry betekent dat er geen vloeistof of medicijn wordt geïnjecteerd.

Wat is een triggerpoint

Een triggerpoint is een drukpijnlijke plek in een spier, soms voelbaar in een strakke spierband. Druk op die plek kan pijn ter plaatse of uitstralende pijn geven. Soms gaat dit samen met stijfheid of moeilijker bewegen.

Spierklachten kunnen samenhangen met belasting, weinig afwisseling in bewegen, herstel na een blessure of spanning. Niet iedere pijnlijke spier heeft dezelfde oorzaak. Daarom onderzoeken we eerst uw klachten en belastbaarheid.

Wanneer kan het worden ingezet

De therapeut kan dry needling overwegen bij spierpijn of spierspanning, bijvoorbeeld bij nek- en schouderklachten, rugklachten of overbelasting. Of het zinvol is, hangt af van het onderzoek en uw persoonlijke situatie.

Verschil met acupunctuur

Beide technieken gebruiken dunne naalden. Dry needling richt zich op spieren en spiergerelateerde klachten vanuit fysiotherapeutisch onderzoek. De uitgangspunten en toepassing verschillen van acupunctuur.



Zo verloopt de behandeling

We starten met een gesprek en onderzoek. We bekijken welke spieren mogelijk bijdragen aan uw klachten en bespreken het doel, de verwachte voordelen, risico's en alternatieven. We behandelen alleen met uw toestemming. U kunt op ieder moment stoppen.

Dry needling wordt bij ons uitgevoerd door fysiotherapeuten met een aanvullende opleiding. We gebruiken steriele naaldjes voor eenmalig gebruik.

Wat kunt u voelen

U kunt een prikje, druk of een kort krampgevoel ervaren. Soms trekt de spier even onwillekeurig samen: een twitch. Dit kan gebeuren tijdens de behandeling, maar bewijst op zichzelf niet dat de behandeling geslaagd is.

Een behandeling kan helpen om klachten te verminderen, maar het resultaat verschilt per persoon. We beoordelen het effect samen en passen het behandelplan zo nodig aan.

Vertel het ons vooraf

- Als u bloedverdunners gebruikt of een stollingsprobleem heeft. Stop medicatie nooit zelf.
- Als u zwanger bent of mogelijk zwanger bent.
- Als u een infectie, wond, verminderde afweer, metaalallergie, implantaat of recente operatie heeft.
- Als u bang bent voor naalden of eerder bent flauwgevallen bij prikken.

Deze informatie helpt ons om te beoordelen of en waar dry needling voor u geschikt is. Zo nodig kiezen we een andere behandeling.

Na de behandeling

De behandelde spier kan tijdelijk beurs, stijf of pijnlijk aanvoelen, vaak één of twee dagen. Ook een klein bloedinkje of blauwe plek kan voorkomen. Soms voelt u zich even duizelig, misselijk of moe. Vertel het direct als u zich niet goed voelt.

Blijf rustig bewegen en volg de oefeningen en adviezen van uw therapeut. Stem sport en zware belasting af op uw reactie. Wacht met autorijden of fietsen als u zich duizelig of niet fit voelt.

Risico's en wanneer u moet bellen

Ernstige complicaties zijn zeldzaam, maar mogelijk. Voorbeelden zijn infectie, zenuwletsel en, bij behandeling nabij de borstkas, een klaplong (pneumothorax). We bespreken de risico's die passen bij de te behandelen plek.

Bel direct de huisarts of spoedpost

Krijgt u na de behandeling nieuwe benauwdheid, pijn op de borst of pijn bij ademhalen? Laat dit direct beoordelen, ook als het pas later ontstaat. Bel 112 bij ernstige benauwdheid of als u bijna geen lucht krijgt.

Neem contact op bij andere klachten

Bel uw huisarts bij koorts, toenemende roodheid, warmte of zwelling op de prikplek, of nieuw krachtsverlies of gevoelsverlies. Neem contact met ons op bij aanhoudende of toenemende napijn, een grote bloeduitstorting of twijfel over uw herstel.

Samen werken aan herstel

Dry needling is een mogelijke aanvulling op uw behandelplan. Met oefeningen, advies over belasting en geleidelijke opbouw werkt u verder aan beter bewegen. Stel gerust vragen over de mogelijkheden en alternatieven.