Прийом і відшкодування

Можна записатися без направлення. Сухе голковколювання є частиною фізичної терапії. Відшкодування з додаткового страхування залежить від пакета й кількості доступних сеансів. Обов'язкова страхова франшиза (eigen risico) тоді не застосовується.

Fysio Topfit має договори з усіма нідерландськими медичними страховиками. Це не означає автоматичного покриття кожного лікування. Перевірте поліс. Без покриття платите самостійно; заздалегідь запитайте нас про актуальну ціну.

Наші фахівці із сухого голковколювання

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

Nieuwkoop
Eveline van der Weijden

Boskoop
Daphne Vergeer і Joram Janson

Що взяти із собою

Чинний документ, що посвідчує особу, дані страхування та направлення, якщо воно є. Одягніть зручний одяг, що дає доступ до потрібних м'язів. Візьміть актуальний перелік ліків.



Наші філії

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

Загальні питання
085-0514000
blijftopfit@fysiotopfit.nl

WhatsApp
06-57250687
(лише повідомлення, без дзвінків)

Скануйте код для перегляду годин роботи

Завантажте наші застосунки

Fysio Topfit

Download on the App Store

Topfit met Toppie

GET IT ON Google Play

Безкоштовно для iPhone та Android.

Сухе голковколювання у Fysio Topfit

Маєте болючі або напружені м'язи, наприклад у шиї, плечах чи спині? Сухе голковколювання може доповнювати лікування деяких м'язових скарг.

Допомога при м'язових скаргах

Фізичний терапевт тонкою голкою стимулює болючу ділянку м'яза. Мета — зменшити біль і напруження та полегшити рух. Жодної речовини не вводять.

Разом обговоримо, чи підходить вам ця техніка. Вправи, рух і поради залишаються важливими складовими відновлення.

Запишіться на прийом

Скануйте QR-код або телефонуйте 085-0514000. Обговоримо, яке лікування вам підходить.

Версія 2.2 – листопад 2026

Що таке сухе голковколювання

Сухе голковколювання, або dry needling, — техніка фізичної терапії, при якій м’яз стимулюють тонкою голкою. «Сухе» означає, що рідину або ліки не вводять.

Що таке тригерна точка

Це болюча при натисканні ділянка м’яза, яку іноді можна відчути в напруженому м’язовому тяжі. Натискання може викликати місцевий або відбитий біль. Іноді є скутість або труднощі з рухом.

М’язові скарги можуть бути пов’язані з навантаженням, одноманітністю рухів, відновленням після травми або напруженням. Не кожен біль має ту саму причину. Тому спочатку оцінюємо скарги й переносимість навантажень.

Коли можна застосовувати

Терапевт може розглянути цю техніку при м’язовому болю чи напруженні, наприклад у шиї, плечах, спині або при перевантаженні. Доцільність залежить від обстеження й вашої ситуації.

Відмінність від акупунктури

Обидві техніки використовують тонкі голки. Сухе голковколювання спрямоване на м’язи та пов’язані з ними скарги на основі обстеження фізичного терапевта. Принципи й застосування відрізняються від акупунктури.



Як проходить лікування

Починаємо з розмови й обстеження. Оцінюємо м’язи, які можуть впливати на скарги, та обговорюємо мету, очікувані переваги, ризики й альтернативи. Лікуємо лише за вашою згодою. Можна зупинитися будь-коли.

У нашій клініці сухе голковколювання виконують фізичні терапевти з додатковою підготовкою. Використовуємо стерильні одноразові голки.

Що ви можете відчути

Можливі укол, тиск або коротка судома. Іноді м’яз ненадовго мимовільно скорочується — це реакція twitch. Вона може виникати під час лікування, але сама не доводить його успіху.

Лікування може зменшити скарги, проте результат індивідуальний. Разом оцінюємо ефект і за потреби змінюємо план.

Повідомте заздалегідь

- Якщо приймаєте препарати для розрідження крові або маєте порушення згортання. Ніколи не припиняйте прийом ліків самостійно.
- Якщо вагітні або можете бути вагітною.
- Якщо маєте інфекцію, рану, знижений імунітет, алергію на метал, імплантат або нещодавню операцію.
- Якщо боїтеся голок або раніше непритомніли при уколах.

Це допомагає оцінити, чи підходить вам сухе голковколювання та де його можна застосувати. За потреби оберемо інше лікування.

Після лікування

Оброблений м’яз може тимчасово боліти, бути скутим або чутливим, як після забиття, часто один-два дні. Можливі невелика кровотеча чи синець. Іноді ненадовго виникають запаморочення, нудота або втома. Одразу повідомте, якщо вам недобре.

Продовжуйте легкий рух і дотримуйтеся вправ та порад терапевта. Спорт і значні навантаження узгоджуйте з реакцією організму. Не керуйте автомобілем і не їздіть велосипедом при запамороченні чи поганому самопочутті.

Ризики й коли телефонувати

Серйозні ускладнення рідкісні, але можливі: інфекція, ушкодження нерва, а при лікуванні поблизу грудної клітки — пневмоторакс (спадання легені). Обговоримо ризики відповідно до ділянки лікування.

Негайно телефонуйте лікарю або черговій службі

Нова задишка, біль у грудях або при диханні після лікування потребують негайного огляду лікаря, навіть якщо виникли пізніше. При тяжкій задишці або якщо ледве можете дихати телефонуйте 112.

Зв’язок при інших скаргах

Телефонуйте сімейному лікарю при гарячці, наростанні почервоніння, тепла чи набряку в місці уколу або новій втраті сили чи чутливості. Зверніться до нас при тривалому чи посиленому болю після лікування, великій гематомі або сумнівах щодо відновлення.

Разом до відновлення

Сухе голковколювання може доповнювати ваш план лікування. Вправи, поради щодо навантажень та поступове їх збільшення допомагають краще рухатися. Запитуйте про можливості й альтернативи.