

In Kooperation mit der S A M M bietet die IMTT an

# MyoFasziale Triggerpunkt-Therapie A1 - Kurs

<b>Kursthema</b>	Einführung in die manuelle Triggerpunkt-Therapie und ins Dry Needling
<b>Kursziele</b>	Die Teilnehmenden lernen durch Triggerpunkte und Faszienveränderungen verursachte Schmerzen und Funktionsstörungen des Bewegungssystems erkennen und differentialdiagnostisch von anderen Ursachen neuromuskuloskelettaler Beschwerden abzugrenzen. Sie wissen um die zugrunde liegenden pathophysiologischen Veränderungen der myofaszialen Strukturen und können diese (im Bereich von Schulter, Nacken und Rumpf) mittels manueller Techniken und Dry Needling gezielt und adäquat behandeln.
<b>Kursinhalt</b>	<p>Theorie: Das Triggerpunkt-Konzept</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Begriffsklärungen: Triggerpunkt (TrP), myofaszialer Triggerpunkt (mTrP), Referred Pain, latente/aktive TrPs, primäre TrPs, sekundäre TrPs, Satelliten-TrPs, primäres/sekundäres myofasziales Schmerzsyndrom</li><li>• Klinische Muster der Triggerpunkt-Aktivität der Schulter-, Nacken-, Rumpf- und Gesässmuskulatur</li><li>• Diagnosekriterien, Intertester-Reliabilität, Prävalenz von mTrPs</li><li>• Pathophysiologie mTrPs</li><li>• Ätiologie: Entstehungs- und Aktivierungsmechanismen</li><li>• Indikationen / Kontraindikationen</li><li>• Differentialdiagnosen</li><li>• Clinical Reasoning / Behandlungsstrategien</li></ul> <p>Praxis: Untersuchungsvorgehen (Screening-Tests; Palpation) Manuelle Behandlungstechniken und Dry Needling am Beispiel der Schulter-, Nacken-, Rumpf- und Gesässmuskulatur</p>
<b>Kursleitung</b>	Dr. med. Daniel Grob, Allgemeine Innere Medizin FMH, Instruktor S A M M und IMTT, Winterthur Roland Gautschi, MA, dipl. Physiotherapeut FH, Instruktor IMTT, Baden
<b>Zulassung</b>	Ärztinnen und Ärzte aus dem In- und Ausland (Mitgliedschaft S A M M oder IMTT nicht Voraussetzung)
<b>Kursort</b>	Centre Loewenberg, Murten
<b>Kursdatum</b>	Donnerstag, 25. Juni - Sonntag, 28. Juni 2026
<b>Kurskosten</b>	Fr. 1'998.- inkl. Getränkepausen und Mittagessen Fr. 2'361.- inkl. Übernachtung im Einzelzimmer, Vollpension
<b>Credits</b>	volle Fortbildungsdauer anrechenbar (32 Credits S A M M, 32 Credits PMR, 20 Credits SEMS)
<b>Anmeldung</b>	S A M M, Kolumbanstrasse 2, 9008 St. Gallen Telefon: 071 246 51 00, Homepage: <a href="http://www.samm.ch/de/fortbildung/#partner-fortbildungsangebote">www.samm.ch/de/fortbildung/#partner-fortbildungsangebote</a>
<b>Abmeldebedingungen</b>	Bei Abmeldung 30 Tage vor Kursbeginn 50% der Kurskosten, 12 Tage vor Kursbeginn 80% der Kurskosten, 6 Tage vor Kursbeginn 100% der Kurskosten

Ich melde mich für den Kurs „Triggerpunkt-Therapie A1“ vom 25.06. - 28.06.2026 an:

mit Übernachtung/VP Fr. 2'361.-       ohne Übernachtung Fr. 1'998.-

**Name / Vorname** .....

**Strasse** .....

**PLZ / Ort** .....

**Handy-Nummer** .....

**E-Mail** .....

**Unterschrift** .....

## Myofaszialer Schmerz

Schmerzen und Funktionsstörungen des Bewegungssystems können unterschiedliche Ursachen haben.

Die Muskulatur als primäre Ursache von Schmerzen und Funktionseinschränkungen wurde lange Zeit vernachlässigt. Vor allem Janet Travell und David Simons aus den USA haben die Muskulatur ins Zentrum ihrer wissenschaftlichen Arbeit gestellt: die Muskulatur hat einen grossen Einfluss auf Störungen des Bewegungsorgans und kann sowohl akute als auch chronische Schmerzzustände direkt verursachen. Travell und Simons zeigen auf, dass die von ihnen beschriebenen „myofaszialen Triggerpunkte“ sehr häufig als dominanter Krankheitsfaktor für Schmerzen und Funktionseinschränkungen im neuro-muskulo-skelettalen System verantwortlich sind.

Durch Überlastung oder traumatische Überdehnung entstehen in einem Muskel oftmals Zonen, die durch eine Hypoxie charakterisiert sind. Als Folge der Sauerstoffunterversorgung können sich in diesen Gebieten die Myosin- und Aktinfilamente nicht mehr voneinander lösen (Rigorkomplex) und es bilden sich reaktiv Faszieneränderungen. Diese erkrankten Muskelstellen sind tastbar (myofasziale Triggerpunkte): durch Provokation mittels Druck wird ein Schmerz ausgelöst, der oft in andere Körperregionen übertragen wird (Referred Pain). Aber nicht nur Schmerzen, auch Parästhesien, Muskelschwächen ohne primäre Atrophie, Bewegungseinschränkungen, propriozeptive Störungen mit Beeinträchtigung der Koordination und autonome vegetative Reaktionen können durch Triggerpunkte verursacht werden.

Die Summe aller durch aktive Triggerpunkte und reaktive Faszieneränderungen ausgelösten Symptome wird als „Myofaszielles Syndrom“ (MFS) bezeichnet.

Durch eine geeignete Therapie lässt sich diese Muskelpathologie oft - und manchmal auch noch nach Jahren - gänzlich beseitigen.

## Triggerpunkt-Therapie

Die manuelle Triggerpunkt-Therapie setzt die Erkenntnisse von Travell und Simons über myofaszialen Schmerz in eine manuelletherapeutische Methode um.

Da chronische Schmerzpatienten oft ein verändertes und verkürztes Bindegewebe haben, ergänzte Beat Dejung das Behandlungskonzept der Triggerpunkte. Er begann, nicht nur die Triggerpunkte selbst, sondern auch die Faszien mittels manueller Techniken zu behandeln. Unser Behandlungskonzept besteht heute aus einem systematischen Vorgehen (Swiss approach): vier manuelle Techniken werden ergänzt durch Massnahmen zur Detonisierung/Dehnung, zur funktionellen Kräftigung der Muskulatur und zur Reduktion unterhaltender Faktoren.

Mit „Dry Needling“, der Behandlung myofaszialer Triggerpunkte mit Akupunktur-nadeln, können die manuellen Techniken zusätzlich unterstützt werden.

***Triggerpunkte – eine häufig übersehene  
Ursache akuter und chronischer Schmerzen***