

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

MyoFasziale Triggerpunkt-Therapie A1 - Kurs

Kursthema	Einführung in die manuelle Triggerpunkt-Therapie und ins Dry Needling
Kursziele	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.
Kursinhalt	<p>Theorie: Das Triggerpunkt-Konzept</p> <ul style="list-style-type: none">• Begriffsklärungen: Triggerpunkt (TrP), myofaszialer Triggerpunkt (mTrP), Referred Pain, latente/aktive TrPs, primäre TrPs, sekundäre TrPs, Satelliten-TrPs, primäres/sekundäres myofasziales Schmerzsyndrom• Klinische Muster der Triggerpunkt-Aktivität der Schulter-, Nacken-, Rumpf- und Gesässmuskulatur• Diagnosekriterien, Intertester-Reliabilität, Prävalenz von mTrPs• Pathophysiologie mTrPs• Ätiologie: Entstehungs- und Aktivierungsmechanismen• Indikationen / Kontraindikationen• Differentialdiagnosen• Clinical Reasoning / Behandlungsstrategien <p>Praxis: Untersuchungsvorgehen (Screening-Tests; Palpation) Manuelle Behandlungstechniken und Dry Needling am Beispiel der Schulter-, Nacken-, Rumpf- und Gesässmuskulatur</p>
Kursleitung	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
Zulassung	Ärztinnen und Ärzte aus dem In- und Ausland (Mitgliedschaft S A M M oder IMTT nicht Voraussetzung)
Kursort	Centre Loewenberg, Murten
Kursdatum	Donnerstag, 25. Juni - Sonntag, 28. Juni 2026
Kurskosten	Fr. 1'998.- inkl. Getränkepausen und Mittagessen Fr. 2'361.- inkl. Übernachtung im Einzelzimmer, Vollpension
Credits	volle Fortbildungsdauer anrechenbar (32 Credits S A M M, 20 Credits SEMS)
Anmeldung	S A M M, Kolumbanstrasse 2, 9008 St.Gallen Telefon: 071 246 51 00, Homepage: www.samm.ch/de/fortbildung/#partner-fortbildungsangebote
Abmeldebedingungen	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 „Myofasziales 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 manualtherapeutische 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***

Thérapie des trigger points myofasciaux Cours A1

- Thème:** Introduction à la thérapie des trigger points myofasciaux et au Dry Needling
- Objectifs:** les participants apprennent à différencier les douleurs provoquées par le myofascial et les troubles fonctionnels du système locomoteur des autres causes de problèmes neuro-musculo-squelettiques et à poser un diagnostic différentiel. Ils connaissent les causes des modifications physiopathologiques des structures myofasciales et peuvent traiter celles-ci de manière ciblée et adéquate (dans les zones des épaules, de la nuque et du tronc) à l'aide de techniques manuelles et du Dry Needling.
- Contenu:** Théorie: Le concept des trigger points
- Explication des termes: trigger point (TrP), trigger point myofascial (m TrP), referred pain, TrPs latents/actifs, TrPs primaires, TrPs secondaires, TrPs satellites, syndrome de la douleur myofasciale primaire/secondaire
 - Modèles cliniques de l'activité trigger point des muscles des épaules, de la nuque, du tronc et des fessiers
 - Critères de diagnostic, fiabilité inter-testeur, prévalence des mTrPs
 - Physiopathologie mTrPs Études
 - Étiologie : mécanismes de déclenchement et d'activation
 - Indications /contre-indications
 - Diagnostics différentiels
 - Raisonnement clinique/stratégies de traitement
- Pratique:
 - méthodes d'examen (screening-tests, palpation)
 - Techniques de traitement manuel et Dry Needling (musculature des épaules, de la nuque, du tronc et des fessiers)
- Direction:** Dr. méd. Vincent Amstutz, spéc. FMH médecine générale, instructeur IMTT, Le Landeron
Mme Michelle Jaquet Fertek, physiothérapeute du sport MAS, assistante IMTT, Neuchâtel
- Admission:** Médecins suisses et étrangers (membre SAMM ou IMTT non obligatoire)
- Lieu:** Centre Loewenberg, Morat
- Date:** Jeudi 25 au dimanche 28 juin 2026
- Tarifs:** CHF 1'990.- y inclus pauses boissons et déjeuner (sous réserve d'adaptation du tarif)
CHF 2'353.- y inclus nuitée en chambre individuelle, pension complète
- Crédits:** La durée complète de la formation est créditée (**SAMM 32 Credits, SEMS 20 Credits**)
- Inscription:** SAMM, Kolumbanstrasse 2, 9008 St. Gallen
www.samm.ch/fr/formation-continue/, Tél 071 246 51 00, info@samm.ch
- Conditions-d'annulation:** À l'annulation, 50% du tarif 30 jours avant le début du cours, 80% du tarif 12 jours avant le début du cours, 100% du tarif 6 jours avant le début du cours

Je m'inscris au cours « thérapie des trigger points A1 » du 25 au 28 juin 2026

avec nuitée/restauration Fr. 2'353.- (sous réserve d'adaptation du tarif) sans nuitée Fr. 1'990.-

Nom / Prénom:

Rue:

NPA / Lieu:

Téléphone:

E-Mail:

Signature:

La douleur myofasciale

Les douleurs et les troubles fonctionnels du système locomoteur peuvent avoir différentes causes.

La musculature en tant que première cause de douleur et de limitations fonctionnelles a longtemps été négligée. Aux USA, Janet Travell et David Simons ont principalement placé la musculature au centre de leur travail scientifique: elle a en effet une énorme influence sur les troubles de l'organe locomoteur et peut provoquer à la fois des douleurs aiguës et chroniques. Travell et Simons montrent que les «trigger points myofasciaux» qu'ils ont décrits sont très souvent un facteur pathologique de première importance responsable des douleurs et des limitations fonctionnelles du système neuro-musculo-squelettique.

Après une surcharge ou une distension traumatique, le muscle présente souvent des zones caractérisées par une hypoxie. La déficience en oxygène peut empêcher la séparation des filaments d'actine et de myosine dans certaines zones (rigor complex). Ces zones malades du muscle sont palpables (trigger points): une pression provoque une douleur qui se propage souvent dans d'autres régions du corps (referred pain). Mais en plus de la douleur, les trigger points peuvent également causer des paresthésies, des faiblesses musculaires sans atrophie primaire, une limitation des mouvements, des troubles proprioceptifs avec dégradation de la coordination et des réactions végétatives autonomes.

La somme de tous les symptômes déclenchés par les trigger points actifs est désignée par le terme de «syndrome myofascial» (MFS).

Une thérapie appropriée permet généralement de guérir totalement cette pathologie musculaire – et ce même après plusieurs années.

Thérapie des trigger points

La thérapie manuelle des trigger points transforme les découvertes de Travell et Simons en une méthode thérapeutique manuelle.

Les patients souffrant de douleurs chroniques présentent souvent une modification et un raccourcissement des fascias. Beat Dejung a perfectionné le concept de traitement des trigger points. Il commença à employer des techniques manuelles pour traiter les trigger points mais aussi les fascias. Aujourd'hui, notre concept de traitement se compose d'un programme (swiss approach) systématiquement ordonné en 6 étapes: quatre techniques manuelles complétées par des mesures de détente/étirement et un renforcement fonctionnel de la musculature.

Le traitement avec des aiguilles d'acupuncture des trigger points myofasciaux appelé «Dry Needling» apporte un complément appréciable aux techniques manuelles.

Les Trigger points

une cause souvent négligée des douleurs aiguës et chroniques