

Dry Needling — Ponction Sèche

Traitement physique des Points Gâchette myofasciaux par aiguilles d'acupuncture — sans injection de produit.

Dr Ph. Rault · Traitement · douleurchronique.fr · 2026

1 Définition

Le **Dry Needling** ou **Ponction Sèche** est un complément de la thérapie manuelle des **Points Gâchette (PG)** — *Trigger Points* (TrP) — responsables des douleurs myofasciales. Aiguilles d'acupuncture à usage unique, sous bonne asepsie.

Pourquoi « dry » ? L'absence d'injection de produit dans les tissus myofasciaux. C'est l'aiguille seule qui agit, pas un médicament.

2 La douleur myofasciale — un paradoxe

CITATION CLINIQUE

Une douleur myofasciale, c'est une douleur nociceptive qui s'exprime comme une douleur neuropathique et qui se traite ni comme l'une, ni comme l'autre.

— Dr Ph. Rault

Cette définition résume le **paradoxe diagnostique** du Syndrome Myofascial Douloureux. La cible thérapeutique est précise : **inactiver le point primaire** par la ponction sèche, ce qui inhibera l'hyperactivité des points secondaires (satellites).

3 Mécanisme d'action

La pénétration et mobilisation de l'aiguille dans le point douloureux peuvent provoquer une **réponse contractile locale** (*Local Twitch Response* — *LTR*).

Ce n'est pas l'injection d'un médicament, mais la **piqûre très précise dans le point myofascial le plus douloureux** (point primaire) qui est responsable de l'efficacité.

Cascade : l'inactivation du point primaire inhibe l'hyperactivité des points secondaires (satellites) dans la zone de douleur référée.

4 Syndrome Myofascial Douloureux

Une des **causes principales** de douleur chronique. Lié à une lésion musculaire, le **Point Gâchette**, situé au sein d'une **Bande Tendue** (*Taut Band*).

5 Diagnostic du SMD

- Bande tendue au sein d'un muscle
- PG au sein de cette bande tendue
- Douleur lors de la pression du PG
- Douleur reconnue par le patient comme sa **douleur habituelle**
- Douleur sur trajet particulier (douleur référée — schémas Travell & Simons)
- Pression ou stimulation du PG produit une **LTR**

6 Traitement des Points Gâchette

Résoudre les contractions locales, mobiliser les tissus conjonctifs, améliorer la vascularisation, inhiber la réaction inflammatoire.

Traitements efficaces

- Massages infradouloureux
- Application de chaleur
- Traitement manuel, étirements
- TENS · Thérapie Laser Haute Énergie

Important : les antinociceptifs sont d'effet modeste. Les antineuropathiques sont **non indiqués**.

Pour aller plus loin

Rault Ph. *Challenge of Chronic Pain and Myofascial Pain. Composante universelle de la douleur chronique.*

Rault Ph. *Nosological Recognition of Myofascial Pain Syndrome. Plaidoyer pour la reconnaissance dans la CIM-11.*

Hsieh YL et al. *Dry needling to a key MTrP may reduce satellite MTrPs. Am J Phys Med Rehabil 2007; 86(5): 397-403.*