

Lymphdrainage - Manuelle Lymphdrainage (inkl. Kompressionsbandagen)



Dr. Emil Vodder und seine Frau Estrid entwickelten in den dreissiger Jahren die Drainage zur Anregung des Lymphabflusses. Sie nannten sie Manuelle Lymphdrainage, weil diese Methode ausschliesslich mit den Händen ausgeführt wird. Die Manuelle Lymphdrainage ist eine Behandlungsform, mit der das Lymphgefässsystem im ganzen Körper unterstützt und angeregt wird. Entlang der Lymphwege wird mit sanften rhythmischen, schmerzfrei und langsam

ausgeführten kreis- und spiralförmigen Griffen das Lymphsystem aktiviert und das Gewebe entspannt. Durch ihre Drainagewirkung unterstützt sie das Lymphsystem, kräftigt das Immunsystem und wirkt durch ihre feinen Bewegungen entstauend, wohltuend und entspannend. Das Lymphsystem besteht aus Lymphgefässen und etwa 600 bis 1000 Lymphknoten.

Das Lymphgefässsystem des Körpers hat die Aufgabe, die Flüssigkeit (Lymphe) aus dem Gewebe aufzunehmen und in die Blutgefässe abzuleiten. Eine gestörte Funktionsfähigkeit dieses Drainagesystems zum Beispiel infolge von Verletzungen oder nach Operationen kann zu einer Ansammlung von Flüssigkeit in den Zellzwischenräumen führen. Als Folge davon können Schwellungen (Ödeme) entstehen. Die manuelle Lymphdrainage ist eine entstauende Massnahme, mit deren Hilfe die Motorik der Lymphgefässe angeregt und damit der Abtransport überschüssiger Gewebsflüssigkeit erleichtert werden soll. Darüber hinaus hat die Lymphdrainage eine stark entspannende und beruhigende Wirkung und sie regt das Immunsystem an.

Die Neigung zur Lymphödembildung kann angeboren oder durch äussere Einflüsse verursacht sein. Durch mangelnde Bewegung und Übergewicht wird das Lymphödem begünstigt. Das Lymphödem entsteht auf Grund einer Abflussbehinderung im Lymphgefässsystem. Häufige Ursachen sind Verletzungen, Verbrennungen, chirurgische Eingriffe, Narben und Entfernung von Lymphknoten. Es kommt zu Stauungen in den Lymphwegen. Das umliegende Gewebe wird geschwollen und hart, zeitweise auch schmerzhaft. Tritt gleichzeitig Blut ein, entsteht ein eiweissreiches Lymphödem, welches behandelt werden sollte. Eine Ödembehandlung ist nur erfolgreich, wenn ein Nachfliessen in das Gewebe verhindert wird und setzt sich zusammen aus Manueller Lymphdrainage und korrekt angelegten Kompressionsbandagen. Diese werden in erster Linie bei primären und auch bei sekundären Lymphödemem angelegt.

Die Lymphdrainage wird ohne Öl durchgeführt.

Indikationen

- Lymphödeme der Extremitäten
- Traumatische Schädigungen: Hämatome, Distorsionen, Muskelfaserrisse, Behandlung nach Luxationen
- Hämatombehandlungen und Nachbehandlung bei Frakturen - schmerzlindernde Wirkung
- Morbus Sudeck - Sudecksche Dystrophie in allen Stadien
- Narbenbehandlung
- Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises
- Arthrosen
- Ödematöse Veränderungen beim postthrombotischen Syndrom
- Fibromyalgie
- Sklerodermie

Kontraindikationen

- Akute Infektionen
- Akute Thrombose mit Emboliegefahr
- Ödeme, die infolge einer Karzinomtherapie entstanden sind
- Schilddrüsenfunktionsstörungen
- chronischen Entzündungen
- Asthma bronchiale;
- Hypotonie
- Bei Ödemen, die durch kardiale Dekompensation entstanden sind, soll nicht manuell abdrainiert werden, da es sonst zu schweren kardialen Dekompensationserscheinungen kommen kann.