

Manuelle Lymphdrainage

Die manuelle Lymphdrainage ist eine Sonderform der Massage, die angewendet wird bei Erkrankungen:

- des lymphatischen Systems
- der Gefäße
- bei traumatologischen Erkrankungen

Es fördert den Abfluss von Gewebs- und Lymphflüssigkeiten. Sie dient als Ödem- und Entstauungstherapie.

Durch die systematische Reihenfolge von speziellen Griffen (Dreh-, Schöpf-, und Pumpgriffen sowie stehenden Kreisen) wird der Abtransport von Lymphflüssigkeit aus dem Körpergewebe gefördert.

Ein Beispiel ist die operative Entfernung der Achsel-Lymphknoten bei Brustkrebs. Häufig klagen die Patientinnen nach dieser notwendigen Operation über Schwellungen des Arm- und Schulterbereiches. Diese Schwellung verursacht Schmerzen und kann zusätzlich die Beweglichkeit stark einschränken.

Durch die Lymphdrainage wird der Lymphabfluss entlang der Lymphbahnen gefördert, die Ödeme bilden sich zurück. Ein anderes Beispiel ist die Anwendung von Lymphdrainage bei Lipödem.

Das Lipödem ist eine atypische und asymmetrische Häufung von Fettgewebe auf den Beinen und Armen, verbunden mit Schmerzen und Druckempfindlichkeit des Gewebes. Primär liegt keine Schädigung des Lymphsystems vor. Im weiteren Verlauf kann das Lymphsystem jedoch durch Verletzung und Entzündungsbereitschaft des Fettgewebes geschädigt werden und somit Ödeme verursachen.

Die Lymphdrainage dient nicht zur Lockerung und Entspannung der Muskulatur und darf nur von Physiotherapeuten mit einer entsprechenden Weiterbildung angewendet werden.

