

Manuelle Lymphdrainage

► **Anmeldung:**

Um sich zur Lymphdrainage anmelden zu können, brauchen Sie eine ärztliche Verordnung mit dem Vermerk ‚Lymphdrainage‘. So werden die Kosten von Ihrer Kranken-/Unfallkasse übernommen.

Die manuelle Lymphdrainage ist eine sanfte Grifftechnik, wobei kreisförmige Verschiebetechniken mit leichtem Druck angewendet werden. So wird Flüssigkeit aus dem Gewebe in das Lymphgefässsystem verschoben. Die manuelle Lymphdrainage wirkt sich überwiegend auf den Haut- und Unterhautbereich aus und soll keine Mehrdurchblutung, wie in der klassischen Massage, bewirken.

Das Lymphgefässsystem ist kein geschlossener Kreislauf; es beginnt in der Peripherie und mündet in die grossen herznahen Gefässe des venösen Kreislaufes.

Die Wirkungsweise ist breit gefächert. Sie dient vor allem als Ödem- und Entstauungstherapie geschwollener Körperregionen (z.B. Arme oder Beine), welche nach Traumen oder Operationen entstehen können. Besonders häufig wird diese Therapie nach einer Tumorentfernung nötig.

Indikationen sind sämtliche orthopädischen und traumatologischen Erkrankungen, die mit einer Schwellung einhergehen (Verrenkungen, Zerrungen, Verstauchungen, Muskelfaserrisse etc.). Auch bei Verbrennungen, Schleudertrauma, Morbus Sudeck, Wundheilungsstörungen und ähnlichen Krankheitsbildern wird die Manuelle Lymphdrainage angewendet. Ausserdem in der Schmerzbekämpfung, wie auch vor und nach Operationen soll sie helfen, das geschwollene, mit Flüssigkeit überladene Gewebe zu entstauen. Teilweise können Schmerzmittelgaben verringert werden und der Heilungsprozess verläuft schneller.

Kontraindikationen sind hierbei genau zu beachten wie z.B. eine dekompensierte Herzinsuffizienz, akute, fieberhafte, bakterielle Entzündungen oder ein kardiales Ödem.

Die Manuelle Lymphdrainage ist nur ein Teil eines Konzeptes zur erfolgreichen Behandlung von Lymphödemen. Bei ausgeprägten lymphatischen Erkrankungen wird eine begleitende Kompressionstherapie von Anfang an miteinbezogen und ist ein wichtiger Punkt zur erfolgreichen Behandlung des Lymphödems. Während der Behandlung handelt es sich hier um eine Kompression mit Kurzzugbinden, die anschliessend von einem angemessenen Kompressionsstrumpf am Ende der Therapie abgelöst wird.