



Praxis:

Theatinerstraße 1 • D-80333 München
Tel. +49-89-348 123 • Fax 25 54 0933
info@neuhannlorenz-isenburg.com
www.neuhannlorenz-isenburg.com

Deutsche Gesellschaft der Plastischen, Rekonstruktiven und Ästhetischen Chirurgen

Reconstructing Women International (RWI)
International Society of Aesthetic Plastic Surgery

Klinik:

Paracelsusklinik München
Klingsorstr. 5 • D-81927 München
Tel. +49-89-92005-0
www.paracelsus-kliniken.de

Information zur manuellen Lymphdrainage

Die manuelle Lymphdrainage ist eine Therapieform, die Lymphgefäße und Lymphknoten in ihrer Funktion unterstützt.

Einsatzgebiete:

Sie wird bei fast allen Arten von Ödemen (Schwellungen) erfolgreich angewendet.

Hierzu zählen Gewebeschwellungen

- nach Operationen und Verletzungen
- bei angeborener oder erworbener Lymphgefäßschwäche
- bei einigen anderen Krankheitsbildern

Des Weiteren hat die manuelle Lymphdrainage schmerzlindernde Wirkung. Auch zur Unterstützung einer „Ausleittherapie“ oder Fastenkur („Schlacken“ und Gifte mobilisieren und ausleiten) ist sie bestens geeignet. Durch die vermehrte Ausleitung von Schlackstoffen kann sie auch ihren Beitrag zur Erhaltung der Gewebegesundheit leisten und damit Alterserscheinungen des Gewebes und dessen Erkrankung entgegenwirken. Plötzlich auftretender oder lang anhaltender Schmerz, eventuell mit Fieber verbunden, sollte für Sie ein Grund sein, sich mit uns in Verbindung zu setzen.

Weitere allgemeine Infos:

Die Behandlung des Patienten findet i. d. R. im Liegen statt. Die Handgriffe der manuellen Lymphdrainage werden meist als sehr angenehm empfunden und bewirken auch aufgrund der gleichmäßigen Bewegung eine wohlige Entspannung.

Eine Behandlung dauert je nach Problemstellung zwischen einer ½ und einer ganzen Stunde und sollte in akuten Fällen 2 x pro Woche bis täglich und in chronischen Fällen jede oder jede 2. Woche 1 x durchgeführt werden.

Des Weiteren sind oftmals gymnastische Übungen und ausreichend Bewegung (Muskel/Gelenkpumpe) unterstützend nötig, damit der Körper die lymphatische Last besser bewältigen kann.

Indikationen

- Beitrag zur Erhaltung der Gewebegesundheit – Alterserscheinungen des Gewebes und dessen Erkrankung entgegenwirken
- Schmerzzustände jeder Art
- Lymphödem
- Zahnextraktion („dicke Backe“)
- Schleudertrauma
- unterstützende Maßnahme bei Ausleitungstherapien und Fastenkuren

Kontraindikationen

- Herzinsuffizienz
- Niereninsuffizienz
- Akute Entzündungen
- Maligne Lymphödeme

Wirkung der manuellen Lymphdrainage:

- Die gestaute Flüssigkeit wird im Zwischenzellenraum verschoben und vermehrt in Lymphkapillaren aufgenommen
- Durch die sog. Lymphherzchen - syn. Lymphangione; sie sind kleine, durch Klappen voneinander abgetrennte Lymphgefäßabschnitte, welche durch Kontraktion (Zusammenziehen) der Gefäßwandmuskulatur wie kleine Pumpen wirken – sie werden durch die Drainage angeregt – bis zu 10 x häufiger – zu „pumpen“.
- Die Lymphknoten werden angeregt, der erhöhten Belastung mit Lymphflüssigkeit gewachsen zu sein.
- Gewebeverhärtung (fibrotische Veränderungen) werden gelockert.

Die Aufgaben des Lymphsystems – kleine Lymphologie

Das Lymphsystem besteht aus **Lymphgefäßen** und **lymphatischen Organen**.

Das Lymphgefäßsystem, das den gesamten Körper wie ein Netz überzieht, stellt ein dem Venensystem parallel gestelltes Drainagesystem dar, welches u. a. dem Transport von Stoffen dient, die nicht von den venösen Kapillaren aufgenommen werden können. Der Hauptunterschied zum Blutgefäßsystem besteht darin, dass das Lymphgefäßsystem nur einen Halbkreis bildet und für den Lymphtransport keine Pumpe zur Verfügung steht. Hier stehen andere Transportmechanismen zur Verfügung (Lymphherzchen).

Die lymphatischen Organe (Milz, Wurmfortsatz des Blinddarms, lymphatischer Rachenring, Lymphknoten) sind Bildungsstätten der Lymphozyten und spielen somit eine entscheidende Rolle bei den Abwehrprozessen des Körpers.

Lymphknoten sind in Lymphbahnen zwischengeschaltete „Filterstationen“, deren Aufgabe es ist, die Lymphe zu „reinigen“, deren Eiweißgehalt zu regulieren sowie Lymphozyten für die Abwehr zu produzieren. Die Lymphe, als die in Lymphgefäßen transportierte Flüssigkeit, besteht aus Wasser, Fetten, Eiweißen und Zellen (abgestorbene Zellen sowie Krankheitserreger). Sie entsteht blind im Gewebe durch abgestorbene Zellen, aus der Blutbahn abgepresste Eiweiße (V. a. Entzündungen) und Wasser. Durch kleinste Lymphgefäße aufgenommen und durch immer dicker werdende weitertransportiert, wird sie, nach Passage der filternden Lymphknoten – also in gereinigter Form – dem venösen System zugeführt.

Auch Teile der im Darm aufgenommenen Fette werden durch Lymphgefäße transportiert und dann dem Körper durch das Blut zu Energiegewinnung bereitgestellt.

Zusammenfassung der Aufgaben:

- Transport und Filtration der Lymphe
- Produktion und Transport von Lymphozyten (Abwehr)
- Transport von Teilen der im Darm aufgenommenen Fette
- Abtransport von Zelltrümmern