

Manuelle Lymphdrainage

Bei der Lymphdrainage wird mit systematischen, vergleichsweise sanften und sich rhythmisch abwechselnden Dreh-, Schöpf- und Pumpgriffen ein beschleunigter Abfluss gestauter Flüssigkeiten aus dem Gewebe in die Lymphgefäße ausgelöst. Das Gewebe schwillt ab, Schmerzen werden gelindert und die Beweglichkeit durch Lockerung und Aufweichung des Gewebes erhöht.

Einsatzgebiete

- Ödeme
- Starke Schwellungen
- Wundheilung

Wirkung

- Lokale Auflösung von Ödemen oder Schwellungen
- Entstauung und Abfluss überschüssiger Gewebeflüssigkeit
- Schmerzlinderung
- Verbesserung der Beweglichkeit
- Verbesserung der Wundheilung
- Entspannung und Stressabbau

Vertiefte Informationen

Die Lymphdrainage ist eine seit mehr als 50 Jahren etablierte und bezüglich ihrer Wirkung wissenschaftlich belegte Spezialform der manuellen Therapie. Die Lymphdrainage wird ausschliesslich von Hand ausgeführt. Es ist bis heute nicht gelungen, Geräte zu entwickeln, welche dieselbe Effizienz erzielen können wie entsprechend geschulte und erfahrene Therapeuten.

Die manuelle Lymphdrainage wird häufig durch Begleitmassnahmen wie spezielle Hautpflege, physikalische Hilfsmittel (z.B. Bandagen, Kompressionsstrümpfe) und Gymnastik ergänzt.