

## Therapie Beispiele



<sup>5</sup> Manuelle Lymphdrainage



<sup>6</sup> Lymphbandage



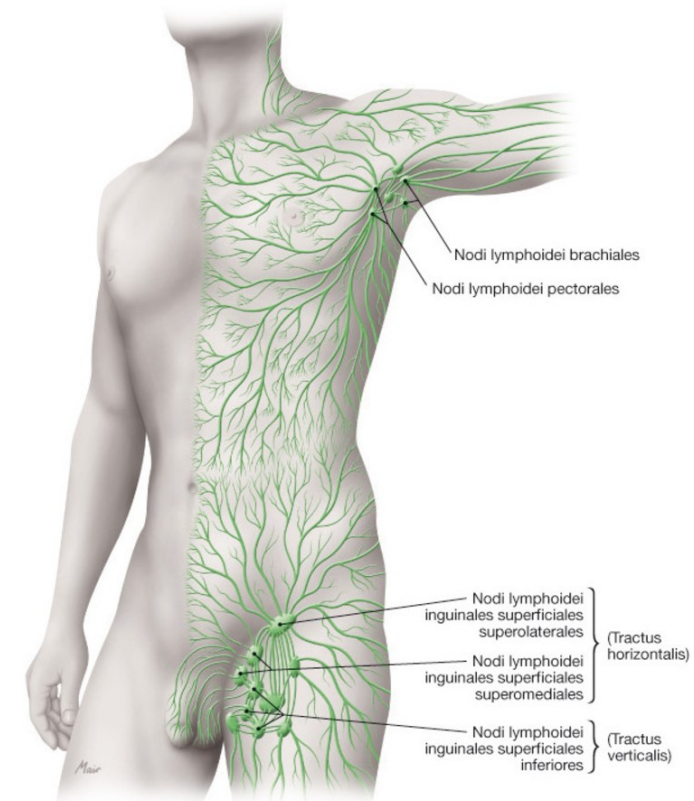
<sup>7</sup> Kompressionsstrümpfe



SPITAL OBERENGADIN  
OSPIDEL ENGIADIN'OTA

PHYSIOTHERAPIE  
Via Nouva 3  
CH-7503 Samedan  
Tel. +41 (0)81 851 85 11  
Fax + 41 (0)81 851 85 05  
www.spital-oberengadin.ch

## Lymphologische Physiotherapie



Sobotta – Atlas der Anatomie des Menschen, 23. A. 2010, © Elsevier GmbH, München

### Bilder Quellen

1. <http://www.body-recreation.de/lymphdrainage.html>
2. <http://www.giorgiodelgobbo.it/2008/01/26/fa-distorsione-di-caviglia>
3. <http://www.lymphforum.de/oedemkrankheiten.htm>
4. [www.asdonk-online.de/html/download/pdf/asdonk\\_info.pdf](http://www.asdonk-online.de/html/download/pdf/asdonk_info.pdf)
5. <http://www.thera-praxis-marienhof.de/>
- 6 Spital Oberengadin
- 7 <http://shop.ortholutions.de/Kompressionstherapie...:66.html>

# Lymphologische Physiotherapie

Unter Lymphologischer Physiotherapie versteht man verschiedene physiotherapeutische Techniken, die alle zum Ziel haben, Ödemkrankheiten zu behandeln.

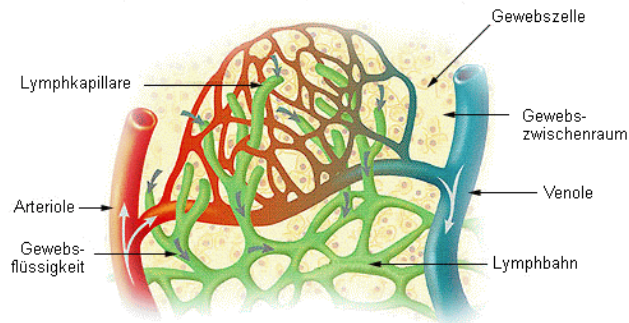
## Funktion

Das Lymphgefäßsystem stellt ein zum Venensystem parallel verlaufendes Drainagesystem des menschlichen Körpers dar. Die wichtigste Aufgabe besteht darin, Gewebeflüssigkeit und die verschiedenen darin enthaltenen Stoffe in den venösen Blutkreislauf zu transportieren.

In den Lymphbahnen sind immer wieder Lymphknoten eingeschaltet. Diese sind wichtig für die Immunabwehr.

Die Funktion kann bei verschiedenen Erkrankungen gestört sein, es bilden sich Flüssigkeitsansammlungen, sogenannte Ödeme.

### <sup>1</sup> Lymphkapillaren im Gewebszwischenraum



## Ödemkrankheiten

Ein Ödem ist eine Schwellung im Gewebe, verursacht durch Gewebeflüssigkeit (Lymphe), die nicht abfließen kann. Die Ursachen für diesen Stau können vielfältig sein:

**Primäre Lymphödeme** entstehen infolge einer angeborenen Mangelanlage des Lymphsystems

**Sekundäre Lymphödeme** entstehen nach chirurgischen Eingriffen, z.B. nach einer Lymphknotenentfernung im Zusammenhang mit einer Tumoroperation

**Posttraumatische** oder **postoperative Ödeme** sind in der Regel vorübergehend auftretende Schwellungen nach einem Unfall oder nach einer Operation



<sup>2</sup> Posttraumatisches Lymphödem  
Distorsionstrauma



Vorher      Nachher  
<sup>3</sup> Primäres Beinlymphödem



<sup>4</sup> Sekundäres Lymphödem  
Armlymphödem rechts nach Brustentfernung  
(Brustkrebs)

Elemente der Lymphologischen Physiotherapie können auch noch bei anderen Krankheitsbildern eingesetzt werden, z.B. bei **Ulcus cruris** (offene Beine), bei rheumatischen Erkrankungen wie **Gelenkentzündungen**, **Morbus Sudeck**, **Sklerodermie**.

Ebenso kann die Lymphologische Physiotherapie bei **Schleudertrauma**, **Kopfschmerzen** und **Stress** angewendet werden. Die Steigerung der Lymphaktivität wirkt dabei schmerzlindernd, stoffwechselsteigernd und entspannend.

## Behandlung

Die Behandlung von Ödemen geschieht mit verschiedenen physiotherapeutischen Techniken:

- Manuelle Lymphdrainage (sanfte Massagegriffe im Lymphgebiet)
- Kompressionstherapie mit Bandage und/oder Strumpf
- Atemphysiotherapie
- Spezielle Grifftechniken zum Lösen von verklebten Narben
- Gezielte Gymnastikübungen

## Behandlungsfrequenz

Postoperativ ist die Behandlung individuell, bis sich die Schwellung reduziert hat.

Nachdem Sie vom Arzt eine Verordnung für Physiotherapie bekommen haben, melden Sie sich für einen ersten Termin an. Nach der ersten Sitzung planen wird die Frequenz der Behandlungen.

Meistens ist es sinnvoll eine Intensivphase von zwei bis drei Wochen, mit mindestens drei Behandlungen pro Woche zu planen.

Beim chronischen Ödem empfiehlt es sich, jährlich ein bis zwei Serien Lymphologische Physiotherapie durchzuführen, um das Ödem weiterhin zu reduzieren oder konstant zu halten.