

Manuelle Lymphdrainage

Unser Lymphgefäßsystem ist im Gegensatz zum Blutgefäßsystem KEIN geschlossener Kreislauf.

Beginnend in der Peripherie finden wir die prälymphatischen Kanäle. Welche mit freiem Auge nicht zu sehen sind. Je rumpfnaher wir kommen, desto größer werden die Gefäße, die nun irgendwann in ein großes Gefäß münden, welches in die Lymphknoten fließt. Von dort führen weitere Lymphgefäße in andere Lymphknoten und schließlich im Halsbereich, im sog. Venenwinkel (Winkel zwischen V. jugularis interna u. V. subclavia) ins Blutgefäßsystem.

Die aufgenommenen Stoffe, welche sich nun im Blutkreislauf befinden, werden nun vermehrt ausgeschieden. zB über Harn, Haut,...

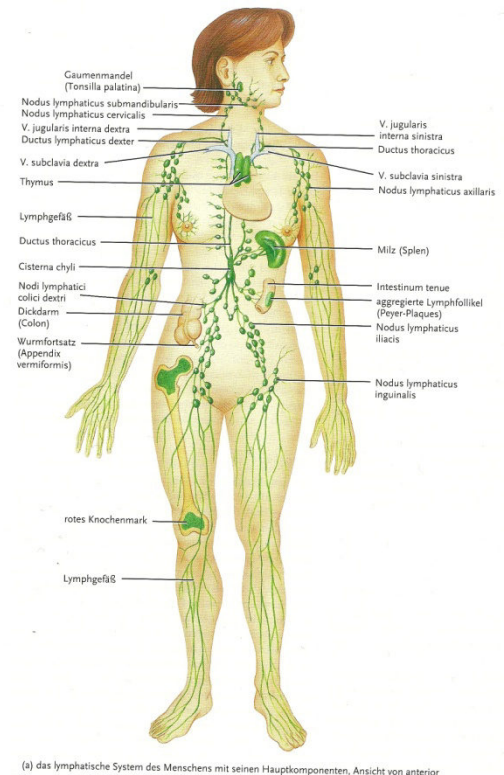
Aufgaben des Lymphsystems

- Drainage (Abtransport von Flüssigkeiten)
- Filter- u. Reinigungssystem
- Immunabwehr

Über unser Lymphsystem werden allerlei Stoffe abtransportiert. Abgestorbene Zellen, Bakterien, Viren,... Man kann sagen, es ist das Abfallsystem unseres Körpers. Als Filterstationen haben wir die Lymphknoten.

Aufbau eines Lymphknotens

Unsere Lymphknoten sind bohnenförmig und ziemlich klein. Im Inneren finden wir lymphatisches Gewebe, in denen Lymphozyten sitzen, welche wir für die Immunabwehr benötigen. Umgeben sind sie von einer Kapsel, die aus straffem geflechtartigem Bindegewebe besteht. Wenn unsere Lymphknoten arbeiten, zB: aufgrund einer Lymphdrainage oder eines Infektes, werden sie um einiges größer und man kann sie ertasten.



Funktion der Manuellen Lymphdrainage

Aus unseren Gefäßen tritt im Kapillarbereich (ist der Gefäßbereich in dem der Gasaustausch CO_2 - O_2 erfolgt), als natürlicher Vorgang, Flüssigkeit aus. 90 % davon werden vom venösen Gefäßsystem wieder aufgenommen. Die restlichen 10 % transportiert das Lymphgefäßsystem ab.

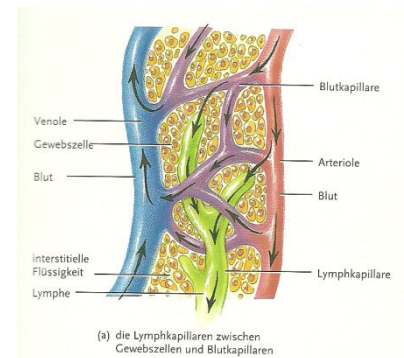
Wenn zB durch ein Trauma oder Operationen die Blut- und Lymphgefäße beschädigt werden, kommt es zur vermehrten Flüssigkeitsansammlung außerhalb der Gefäße.

Es kommt zu einem Ödem!

Mittels der Lymphdrainage helfe ich manuell die angestaute, überschüssige Flüssigkeit abzutransportieren und rege zugleich die Regeneration der Blut- u. Lymphbahnen an. Des Weiteren kommt es durch die Lymphdrainage zum verstärkten Abtransport von Stoffwechselendprodukten und zur Entspannung/Beruhigung der Muskulatur und des Nervensystems.

Der manuelle Abtransport erfolgt über die kleineren Lymphgefäße, da diese keine Klappen besitzen. Gleichzeitig wird die Muskulatur der Gefäße angeregt stärker zu arbeiten. Um so den physiologischen Abfluss wieder zu verstärken bzw. zu normalisieren.

Die Lymphdrainage ist eine Abfolge von leichten, sanften, rhythmischen Griffen.



Indikationen

Akute Schwellungen: posttraumatisch, postoperativ,...

Migräne

Zur Narbenbehandlung

Zur Stärkung des Immunsystems

...

Kontraindikationen

Krebserkrankungen

Thrombosen

Akute Entzündungen

Herzerkrankungen

...

Relative Kontraindikationen

Diabetiker

Schwangerschaft

...

Eine vorherige ärztliche Abklärung ist unbedingt erforderlich!

Martina Grießmaier
Heilmasseurin – Ruhepunkt
0676/34 11 216
info@ruhe-punkt.at
www.ruhe-punkt.at