



Manuelle Lymphdrainage

Die manuelle Lymphdrainage ist eine Massage der ganz sanften Art. Eine gezielte Anwendung einzelner rhythmischer, weicher Kreis- Druck- und Pumpbewegungen versetzt die Gewebsflüssigkeit in Bewegung. Mit an- und abschwellenden Bewegungen in Richtung der Lymphbahnen unterstützen wir die Gewebsflüssigkeit besser zu fließen, als auch neue Abflusswege zu finden. Die manuelle Lymphdrainage wirkt in erster Linie entstauend, entschlackend und regenerierend auf geschwollene Körperteile. Rhythmus und Zartheit wirken sich auch schmerzlindernd und beruhigend auf das Nervensystem aus. Bereits während der Behandlung ist auch eine deutliche Entspannung der Muskulatur und eine spürbare örtliche Schmerzreduktion zu beobachten. Ebenso wird durch den vermehrten Abtransport der relativ eiweissreichen Ödemsubstanz das körpereigene Abwehrsystem unterstützt und stimuliert.

Die häufigsten medizinischen Indikationen: Schwellungen auf Grund verschiedener Ursachen, bei Migräne, Schwangerschaft und Menstruation, Neuralgien, bei Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises, Verdauungsbeschwerden, Ulcus Cruris, bei venös bedingten Abflussbeschwerden, bei angeborener oder erworbener Lymphsystemschwäche, **nach Unfällen und Operationen** (z.B. Schleudertrauma), u.a.