

# Manuelle Lymphdrainage:

---

## Manuelle Lymphdrainage:

Bei der manuellen Lymphdrainage (Abkürzung MLD) handelt es sich um eine spezielle Massagetechnik, mit der Lymphstauungen im Gewebe beseitigt werden können.

Das Lymphgefäßsystem des Körpers hat die Aufgabe, die Flüssigkeit (Lymphe) aus dem Gewebe aufzunehmen und in die Blutgefäße abzuleiten. Eine gestörte Funktionsfähigkeit dieses Drainagesystems, zum Beispiel infolge von Verletzungen oder nach Operationen, kann zu einer Ansammlung von Flüssigkeit in den Zellzwischenräumen führen. Als Folge davon können Schwellungen (Ödeme) entstehen. Die manuelle Lymphdrainage ist eine entstauende Massnahme, mit deren Hilfe die Motorik der Lymphgefäße angeregt und damit der Abtransport überschüssiger Gewebsflüssigkeit erleichtert werden soll. Zusätzliche Kompression ist für einen effizienten Therapieerfolg unerlässlich.



## Komplexe physikalische Entstauungstherapie:

Die Komplexe Physikalische Entstauungstherapie (Abkürzung KPE) ist eine umfassende Therapie zur Behandlung von **Lymphödemen**, die sich aus vier Komponenten zusammensetzt.

1. Manuelle Lymphdrainage
2. Kompressionsbehandlung
3. Bewegungsübungen
4. Hautpflege