

## **Manuelle Lymphdrainage**

Neben den Blutgefäßen durchziehen auch Lymphgefäße den gesamten menschlichen Körper. Sie sammeln Gewebsflüssigkeit und führen diese im Bereich des Brustraumes zurück in den Blutkreislauf. Wenn vermehrt Flüssigkeit in das Gewebe eingelagert oder ihr Abfluss behindert wird – z. B. bei Entzündungen, nach Operationen, durch Verletzungen oder Narbenbildung sowie bei angeborener Fehlentwicklung der Lymphgefäße – kommt es zu Schwellungen vor allem in den Beinen oder Armen, die durch Hochlagern allein nicht mehr zurückgehen.

Bei der manuellen Lymphdrainage regt der Therapeut durch sanfte, rhythmische und ganz gezielte Bewegungen der Hände das Lymphsystem im ganzen Körper des Patienten an und unterstützt damit das „Ausschwemmen“ von gestautem Gewebewasser.