



Lymphdrainage

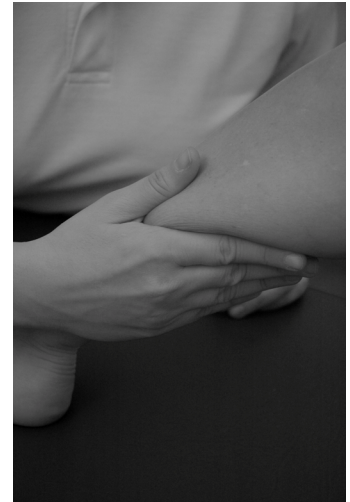
Warum/Ziel

Ziel der manuellen Lymphdrainage ist einen **ungestörten Lymphabfluss zu verbessern oder wieder herzustellen.**

Wichtigste Aufgabe der Lymphgefäße sind Drainage und Abtransport von Gewebsflüssigkeiten und die verschiedenen darin enthaltenen Stoffe in den venösen Blutkreislauf.

Im Körper werden täglich ca. 2 Liter Lymphe gebildet. Durch die manuelle Lymphdrainage kann der Abtransport beschleunigt und optimiert werden.

Zusätzlich ist das lymphatische System ein wichtiger Bestandteil der **Immunabwehr**. Die Dünndarmlymphgefäße sind außerdem für die Aufnahme und den Transport von Nahrungsfetten aus dem Darm zuständig.



Wie/Therapie

Sanfte, streichende Massage entlang des Lymphsystems

Wann/Indikation

- **Venenleiden**
- Posttraumatische und postoperative **Schwellungen**
- **Ödeme**
- **Rheumatische Erkrankungen**
- **Migräne**
- Unterstützend bei der **Entschlackung**
- uvm.