

## Patienteninformation

# Manuelle Lymphdrainage

Das Lymphsystem hat die Aufgabe, körpereigene Flüssigkeiten, die sich im Gewebe bei verschiedenen Stoffwechselfvorgängen ansammeln, abzutransportieren und zu filtern. Störungen dieser Funktion führen meist zu Ansammlungen der Gewebeflüssigkeit, die nach außen durch Schwellungen (Ödeme) sichtbar werden.

### Was ist eine Manuelle Lymphdrainage?

Die Manuelle Lymphdrainage (MLD) ist Bestandteil der Komplexen Physikalischen Entstauungstherapie (KPE) zur Behandlung von Lymphödemen. Sie dient vor allem als Ödem- und Entstauungstherapie geschwollener Körperregionen, wie Rumpf, Arme und Beine, welche nach Verletzungen oder Operationen entstehen können. Besonders häufig wird diese Therapie bei Lymphödemen, welche nach einer Krebsbehandlung bzw. Lymphknotenentfernung entstehen können, vom Arzt verordnet.

### Wie ist eine Behandlung mit Manueller Lymphdrainage aufgebaut?

Der Therapeut verwendet spezielle Handgriffe, die durch rhythmische, kreisende und pumpende Bewegungen der flachen Hände



auf dem Körper die Flüssigkeit in Richtung Hals verschieben. Teilweise wird über die Atmung und die Anregung entfernt liegender Lymphknoten eine Sogwirkung erzielt, die den Abtransport unterstützt. Auf diese Art kommt es zur Abschwellung des Gewebes, Schmerzen werden reduziert und das Gewebe wird wieder lockerer und weicher, sodass sich auch die Bewegungsfähigkeit verbessert. Zusätzlich zur Manuellen Lymphdrainage wird die Therapie mit Kompressionsverbänden oder maßangefertigten Kompressionsstrümpfen sowie Hautpflege und spezieller Bewegungstherapie unterstützt. Beim Vorliegen einiger Erkrankungen darf keine Lymphdrainage angewendet werden. Darunter fallen unter anderem fortgeschrittene Herzinsuffizienz, Fieber, Entzündungen oder tiefe Beinvenenthrombosen.



**Bundesverband  
selbstständiger  
Physiotherapeuten –  
IFK e. V.**

Gesundheitscampus-Süd 33  
44801 Bochum  
Telefon: 0234 97745-0  
Telefax: 0234 97745-45  
E-Mail: [ifk@ifk.de](mailto:ifk@ifk.de)

**[www.ifk.de](http://www.ifk.de)**

### **Wie erhalte ich eine Verordnung für Manuelle Lymphdrainage?**

Der behandelnde Arzt, zum Beispiel Hausarzt, stellt die Diagnose und verordnet das Heilmittel Manuelle Lymphdrainage über eine Heilmittelverordnung. Der Arzt vermerkt auf der Verordnung, ob 30, 45 oder 60 Minuten behandelt werden sollen.

### **Wer kann Manuelle Lymphdrainage durchführen?**

Physiotherapeuten sowie Masseur und medizinische Bademeister erwerben Grundwissen der Manuellen Lymphdrainage in ihrer Ausbildung. Um die Therapie sicher anwenden zu können, ist eine spezielle Weiterbildung Voraussetzung. Die Weiterbildung umfasst 170 Unterrichtseinheiten und schließt mit einem Zertifikat ab.