

Přístrojová a manuální lymfodrenáž

Lymfodrenáž je speciální léčebná metoda, za pomoci které se podporuje vyplavování odpadních látek z těla. Jedná se tedy o prostředek detoxikace. Díky lymfodrenáži můžeme z těla dostat nahromaděné toxické látky, které jsou jinak pro tělo škodlivé. Dalším důležitým aspektem lymfodrenáže, je urychlení toku lymfy mízním řečištěm a podpora látkové výměny organismu. Lymfodrenáž významným způsobem podporuje imunitní systém. Před každou lymfodrenáží je zásadní uvolnění důležitých mízních uzlin aby nedošlo k zablokování, při lymfodrenáži by mohlo nastat riziko nahromadění lymfy před uzlinou, což je nežádoucí.

Lymfodrenáž se dělí na dva základní typy - lymfodrenáž přístrojovou a manuální.

Přístrojová lymfodrenáž

Tato metoda je méně náročná než manuální lymfodrenáž. Je to velice moderní a účinná metoda, jak efektivně ovlivnit tok lymfy. Prostředkem přístrojové lymfodrenáže jsou kompresní návleky. Nejběžnější jsou kompresní kalhoty, ale existují i rukávy na horní končetinu. Návleky jsou sestaveny ze vzduchových komor, které se střídavě nafukují podle předem nastaveného programu. Velice důležité je nastavení tlaku v komorách, nesmí být malý, ale ani příliš vysoký, to má na lymfatický systém opačný efekt.

Přístrojová lymfodrenáž se převážně doporučuje v případě chronického lymfedému končetin, který nejčastěji vzniká po opakovaných erysipelech, u pacientů s chronickou žilní nedostatečností s křečovými žilami a otoky končetin nebo s bércovými vředy. Z kosmetologické indikace lze metodu vyučít k léčbě celulitidy. Naopak se nedoporučuje v případě onemocnění jater a ledvin, při akutním onkologickém onemocnění, při těžkých srdečních onemocněních, při akutních zánětech žil či infekčních onemocněních, rovněž i při některých neurologických nemocech jako je například epilepsie.

Manuální lymfodrenáž

První věc, kterou je potřeba zmínit, je fakt, že manuální lymfodrenáž není klasická masáž. Jde o speciální manuální techniku, která je zaměřená na povrchový mízní systém. Rozdíl mezi masáží a manuální lymfodrenáží, je primárně v tom, že lymfoterapeut se snaží ovlivnit pouze kůži a podkoží, ale masér jde hlouběji a naopak se snaží ovlivnit primárně svalstvo. Manuální lymfodrenáž je tedy velice prospěšná pro správné fungování lymfatického systému a organismu jako takového.

Manuální lymfodrenáž se primárně doporučuje při léčbě lymfedému, pro zvýšení imunity, pro detoxikaci organismu, proti celulitidě, pro regeneraci po operacích a úrazech, také jde o prevenci při

vzniku křečových žil. V neposlední řadě se využívá v boji s obezitou. Naopak manuální lymfodrenáž je nežádoucí při nádorových onemocněních, v případě že má pacient hnisavou ránu, bakteriální nebo virové onemocnění, zvětšené lymfatické uzliny, hyperfunkci štítné žlázy, rýmu nebo kašel, eventuálně v případě těhotenství nebo když pacient bere antibiotika.

Kompresivní terapie

U pacientů s lymfedémem používáme ve fázi redukce otoku kompresivní bandáž jednoduchou nebo vícevrstvou. V udržovací fázi léčby aplikujeme kompresivní elastické punčochy a návleky. Aplikace zevní komprese je jednou ze tří nedílných součástí kompresní léčby lymfedému (komprese, lymfodrenáž a cvičení). Sama komprese stimuluje lymfatickou drenáž-její účinek se zesiluje při chůzi či cvičení. Vhodná je edukace přímo v lymfocentru. Nutná je i kontrola správnosti aplikace při další návštěvě pacienta (aby věděl, zda sejmout na noc či ponechat apod.).

Setkáváme se s pacienty, kteří přijdou na kontrolu bez bandáže a většinou ženy mají zaříznuté silonové podkolenky, proto je nutná důsledná edukace, aby pacient věděl, jak má pečovat o kůži, tělo, jak se oblékat, aby měl informace o výživě nebo jak se vyvarovat přetěžování při rekreační a sportovní činnosti.



Obr 1 Lymfologická sestra provádějící manuální lymfodrenáž



Obr 2 Lymfedém pravé dolní končetiny



Obr 3 Lymfoven pro přístrojovou lymfodrenáž