

# LYMPHDRAINAGE EINFÜHRUNGSKURS

Die manuelle Lymphdrainage ist eine Massagetechnik, mit der Lymphstauungen im Gewebe beseitigt werden. Die Lymphdrainage erfolgt durch spezielle Handgriffe und Bandagen. Bei der Lymphdrainage wird die Haut und das Unterhautfettgewebe mit unterschiedlichem Druck massiert. Dabei werden die Lymphgefäße mit rhythmischen, kreisenden oder pumpenden Bewegungen angeregt, womit der Abtransport begünstigt wird. Die Behandlung muss je nach Schwere der Verletzung ein- oder mehrmals pro Woche durchgeführt werden. Dieser Kurs gibt einen Einblick in die physikalische Therapie der manuellen Lymphdrainage. Im theoretischen Unterrichtsteil erfolgt ein Einblick in die Lymphologie, damit die Grifftechnik bei der Behandlung verständlich ist.

---

## Inhalt

- Vom Ödem bis zum Hämatom
  - Von Schwangerschaftsstreifen bis zu Cellulite
  - Aufbau und Funktion des Lymphsystems
  - Grundlagen und Griffe der Lymphdrainage
  - Welches Gewebe braucht welchen Zug und Druck?
- 

**Praxisteil:** Im Praxisteil wird die Grundtechnik der manuellen Lymphdrainage und die Grundgriffe vermittelt. Die Grundgriffe werden an verschiedenen Körperregionen (Basisbehandlungen am Hals) richtig angewendet.

---

## Ziele

- Sie bekommen Sicherheit bei der Anwendung der verschiedenen Griffe in der manuellen Lymphdrainage.
  - Erfahrungsaustausch unter Therapeuten
- 

## Voraussetzungen

Therapeutische und anatomische Vorkenntnisse erforderlich

---