



**Praktijk voor Fysiotherapie
Broersen en Van Oeyen**



**Praktijk voor Fysiotherapie
Broersen en Van Oeyen**

**Telefoon
026 - 325 38 53**

**Lemoen 14a
6852 DS Huissen**

**Van Voorststraat 1
6851 LT Huissen**

www.fysiotherapiebroersenvanoeyen.nl

OEDEEMTHERAPIE

OEDEEMTHERAPIE



www.fysiotherapiebroersenvanoeyen.nl

026 - 325 38 53

Algemeen

Het menselijk lichaam bestaat voor 2/3 uit vocht. Dit vocht bevindt zich rondom alle lichaamscellen, de bloedbanen, lymfbanen en de hersenbanen. De processen die via dit lichaamsvocht plaatsvinden noemen we de waterhuishouding. Het lichaam is in evenwicht als de waterhuishouding in een optimale conditie verkeert. Het lymfestelsel speelt samen met de bloedsomloop een belangrijke rol bij het onderhouden van de ideale leefomgeving voor onze lichaamscellen. Het is voornamelijk de lymfe die hierin een voedende, zuiverende en drainerende rol vervult.

Wat is oedeem?

Oedeem is een overmatige ophoping van vocht in het weefsel tussen de cellen in een deel van het lichaam. Dit uit zich in een gevoel van spanning of stuwning van de huid, pijnlijk of tintelend gevoel en volumetoename van het betreffende lichaamsdeel. Er kan zowel sprake zijn van zichtbaar als onzichtbaar oedeem.

Er bestaan verschillende vormen van oedeem:

Lymfoedeem; dit is een vochtophoping ten gevolge van een onvoldoende functionerend of een defect lymfesysteem. Oedeem ontstaat door een verstoord evenwicht in aan- en afvoer van vocht. Dit kan ontstaan door een aangeboren defect, door een

operatie waarbij er lymfeklieren zijn weggenomen, door bestraling of na een trauma.

Veneus oedeem; dit is een vochtophoping ten gevolge van een onvoldoende functionerend vaatsysteem. De kleppen in de aderen werken niet meer optimaal waardoor de bloeddorstrooming en vochtafvoer belemmerd wordt.

Lipoedeem; dit is een chronische, niet te genezen, veelal pijnlijke ziekte met een bovenmatige toename van vetweefsel op de benen, de heupen, de billen en/of de armen. Door een stoornis in het lymfestelsel wordt weefselvocht onvoldoende afgevoerd.

Wat doet een oedeemtherapeut?

De oedeemtherapeut in onze praktijk behandelt de patiënt middels Manuele Lymfedrainage volgens de methode Vodder. De behandeling begint bij de lymfklieren van de hals en buik en zal worden uitgebreid naar het te behandelen gebied waar het vocht zich bevindt. De behandeling is naast de drainerende werking van het lymfestelsel vooral gericht op de voedende en zuiverende werking van al het lichaamsvocht. Het doel is om de vochtdoorstroming te stimuleren en eventuele stagnaties op te heffen, de weerstand te verhogen, de stress te verlagen en het hormonale stelsel te optimaliseren.

Welke verschillende technieken

kunnen gebruikt worden?

- Manuele lymfedrainage; een zachte massagevorm gericht op het optimaliseren van de interne waterhuishouding in functie van een goede celregeneratie.
- Compressietherapie; dit gebeurt middels bandage/zwachtelen, gevolgd door het aanmeten van een elastische kous om het effect van de therapie te behouden
- Ademtherapie; oefeningen om middels de ademhaling de afvoer van lymfevocht te verbeteren
- Aangepaste oefentherapie/mobilisaties; gericht op het optimaliseren van de mobiliteit van het operatiegebied.
- Lymftaping; in het oedeemgebied wordt een zeer rekbare tape aangelegd die een 'liftende' werking heeft. Hierdoor wordt de onderhuidse circulatie verbeterd en de afvoer van lymfevocht bevorderd.
- Littekenmobilisaties; om de doorstroom te bevorderen kan het noodzakelijk zijn om het litteken in het operatiegebied los te maken.
- Adviezen voor zelfmanagement en zelfredzaamheid

Oedeemtherapeut

Linda Janssen, lid Nederlandse Vereniging voor Fysiotherapie binnen de Lymfologie (NVFL) en lid Vereniging Manuele Lymfedrainage ad modum Vodder.
Lid van Oncologisch netwerk Huissen.

