

## Lymfestelsel info

Naast het bloedvatstelsel heeft het lichaam ook een ander vaatstelsel: het lymfestelsel. Zoals er bloed door de bloedvaten stroomt; stroomt er lymfvocht door het lymfestelsel: Lymfe; ook wel weefselvocht genoemd; bevat een hogere concentratie eiwitten: Terwijl de bloedvaten bloed aanvoeren naar en afvoeren van de organen; is het lymfestelsel alleen een afvoerend systeem. Het lymfestelsel bevat kleine spiertjes die kunnen samentrekken.

Op het kruispunt van grote lymfevaten bevinden zich lymfeknopen (=lymfklieren). De lymfeknopen liggen dichtbij organen. In de hals; de oksels en de liezen bevinden zich veel lymfklieren: De klieren filteren de lymfe en halen er lichaamsvreemde stoffen uit: Doordat het lymfestelsel en de bloedbaan met elkaar in contact staan; komen deze lichaamsvreemde stoffen in de bloedbaan terecht. Via de bloedbaan worden ze uitgescheiden door het lichaam.

De lymfeklieren zijn de zuiveringsstations van het lymfestelsel: Ziekteverwekkers (bacteriën en virussen) worden onschadelijk gemaakt. Verder filteren lymfeklieren afvalstoffen uit de lymfe. Daarnaast hebben lymfklieren een belangrijke functie bij de actieve afweer en allergie ontwikkeling door witte bloedlichaampjes.

Zijn er lymfklieren verwijderd of door bestraling beschadigd; dan verloopt de afvoer minder goed: Er kan zich vocht in een arm of been ophopen; dan spreken we van lymfoedeem: Lymfoedeem is vaak chronisch:

### **Behandeling:**

Door middel van manuele lymfdrainage; een zachte massagetechniek; wordt de vochtafvoer gestimuleerd:

Dit om de overgebleven lymfbanen extra te stimuleren. Deze lymfdrainage wordt eventueel gevolgd door het aanbrengen van zwachtels. Deze zwachtel zorgt ervoor dat het oedeem nog meer verminderd.

De lymfpress wordt eveneens ingezet bij bepaalde lymfoedemen. Door middel van druk wordt het vocht verplaatst. Na de lymfpress wordt in veel gevallen het been gezwachteld om het resultaat na de press te behouden of om de lymfe nog meer te laten afnemen (indien er niet wordt gezwachteld is het resultaat van de press namelijk snel weer verdwenen).

Indien het lymfoedeem constant is en er geen afname meer is van vocht; wordt er meestal een therapeutisch elastische kous aangemeten.

Gecombineerd met deze therapieën kan lymftaping worden ingezet daar waar zwachtelen bijvoorbeeld niet mogelijk is. Deze pleistertape wordt zo aangebracht dat het de lymfafvoer stimuleert.

### **Thuisadviezen:**

Na verwijdering van lymfknoopen in een gebied is het belangrijk dat de gebieden waar nog wel alle lymfknoopen aanwezig zijn; extra worden gestimuleerd: Hierdoor kan het vocht via andere knopen worden weggevoerd:

De huidtherapeutes van Huidpunt voorzien u graag van passende thuisoefeningen.

### **Vergoedingen en tarieven:**

Informeer bij uw zorgverzekeraar of deze therapie in aanmerking komt voor vergoeding: