

Behandel mogelijkheden oedeemtherapie

Voorlichting:

U wordt geadviseerd over huidverzorging, wondjes, voeding en vochtintake, preventie en zelfhulp. Dit zijn onderwerpen waarmee u direct aan de slag kunt gaan. Ook brengen wij uw dagelijkse (belastende) activiteiten in kaart en begeleiden u in het opbouwen van activiteiten.

Manuele lymfdrainage:

Manuele lymfedrainage is een massagetechniek die gericht is op stimuleren van de transportcapaciteit van het lymfestelsel. Door gebruik te maken van specifieke handgrepen, kan het vocht verplaatst worden naar gebieden in het lichaam waar het lymfesysteem nog in tact is. Zodoende kan het vocht opgenomen worden in de bloedsomloop en uit geplast worden.

De drainage heeft door zijn milde karakter ook een stimulerend effect op de ontspanning. Voor de buik kent de drainage een aantal diepere technieken die een goed effect geven bij gespannen buikorganen.

Compressietherapie:

Door middel van het aanleggen van bandages/zwachtels wordt van buiten af een continue druk aangebracht die het uittreden van vocht tegengaat en de afvoer van vocht ondersteunt. De bandages worden aangelegd als er nog geen stabiele situatie in de waterhuishouding is bereikt. Wanneer de omvang van de arm of het been stabiel is, kan een therapeutische elastische kous of wrap worden aangemeten.

Oefentherapie:

Oefentherapie werkt preventief en genezend. Door bewegen pompen de spieren het vocht richting de afvoerende vaten. Daarnaast kan er een bewegingsbeperking ontstaan, waardoor bewegingsomvang en spierkracht zijn afgenomen. Door oefeningen verbetert de functie van uw ledematen. Daarbij maken we gebruik van de "spierpompfunctie" van onze spieren.

Lymfetaping:

Hierbij wordt gebruik gemaakt van een specifieke rekbare tape die een liftende werking op de huid heeft. Hierdoor kan de onderhuidse circulatie verbeteren en de afvoer van lymfevocht bevorderd worden.

Ademtherapie:

Specifieke adem oefeningen verbeteren de afvoer van (lymfe)vocht.