



## Lymfstelsel

Ons lymfstelsel bestaat uit lymfbanen en lymforganen (lymfknopen, milt, thymus). Door het lymfstelsel stroomt lymfvocht. Dit vocht bestaat voor het grootste deel uit water. Voor de rest bevat het een hoge concentratie eiwitten, afvalstoffen en immuuncellen.

De lymfbanen dienen om het lymfvocht af te voeren naar het veneus systeem. De lymfklieren zijn de zuiveringsstations van het lymfstelsel. Ze halen afvalstoffen uit de lymfe en maken ziekteverwekkers zoals bacteriën onschadelijk.

De lymforganen hebben ook een afweerfunctie. Bij pathologie van het lymfstelsel wordt het lymfvocht niet afgevoerd en ontstaat lymfoedeem.

## Lymfoedeem

Lymfoedeem is een opstapeling van lymfvocht waardoor zwelling (oedeem) ontstaat. De oorzaak is een dalende transportcapaciteit of een toename van de lymflast.

We onderscheiden 2 soorten oedeem, namelijk:

- primair lymfoedeem;
- secundair lymfoedeem.

### Primair lymfoedeem

Primair lymfoedeem is een **aangeboren afwijking** van het lymfstelsel, bv. tekort aan lymfbanen of lymfklieren, te wijde lymfbanen, slecht werkende kleppen.

## Secundair lymfoedeem

Secundair lymfoedeem is een verworven storing van het lymfstelsel:

- **na chirurgische ingrepen:** het doorsnijden van lymfbanen of het weghalen van lymfklieren (vb. in de oksel bij borstkanker);
- **na radiotherapie:** sterk beschadigde lymfbanen in de bestraalde zone; de lymfvaten zijn wijder en hebben een poreuze wand, slecht werkende kleppen, gestoorde beweeglijkheid;
- **goedaardige of kwaadaardige tumoren:** groeiende tumoren kunnen de lymfbanen verdrücken en daardoor de afvoer van lymfvocht blokkeren;
- **door ontstekingen.**

## Manuele lymfdrainage

Lymfdrainage is een manier om de afvoer van afvalstoffen naar de bloedsomloop te verbeteren en herstel van het lymfstelsel te bevorderen. Manuele lymfdrainage heeft ook als doel de weerstand te verhogen.

In AZ Alma passen we de manuele lymfdrainage toe volgens de **methode Vodder**. Vodder was de pionier wat betreft ontwikkeling en toepassing van de manuele lymfdrainage. Nog steeds is zijn therapie de meest adequate.

Manuele lymfdrainage Vodder (MLDV) is een zachte, ritmische, spiraalvormige massage met gelijktijdig een aangepaste druk op de venen. Dit in de stroomrichting van de venen en de lymfvaten. Het

ritme van de handgreep komt overeen met het openen en sluiten van de kleppen in de lymfbanen. Zo kan het overtollige vocht goed worden afgevoerd.

De behandeling gebeurt in liggende houding, in een volstrekt ontspannen sfeer. De duur van de behandeling wordt individueel opgebouwd, afhankelijk van de klacht en de toestand van de patiënt. De behandeling begint steeds met de basis (= de lymfklieren in de hals) en dan afhankelijk van de klacht, de lymfklieren in de buikstreek, de oksel, de lies,... en uiteindelijk het desbetreffende lichaamsdeel.

## Behandeling van lymfoedeem

Manuele Lymfdrainage Vodder in combinatie met:

- aangepaste oefentherapie / actieve mobilisatie;
- compressietherapie ;
- zwachtelen ;
- dragen van steunkousen (arm - been);
- huidverzorging.

## Toepassingsgebieden MLDV

Hoofdzakelijk bij:

- lymfoedeem: dikke arm na borstampuatie, dik been na baarmoeder- of prostaatkanker;
- veneus oedeem: dikke benen ten gevolge van slecht werkende kleppen, spataders, Post Trombotisch Syndroom – Chronische Veneuze Insufficiëntie, Veneuze Ulcus;
- oedeem na trauma: verstuijing, fractuur; oedeem na operatieve ingreep Verder ook bij:

- dystrofieën (Südecksyndroom);
- auto-immuunziekten (reuma, fibromyalgie,...);
- gewrichtsklachten;
- migraine, trigeminusneuralgie;
- sinusklachten.

Contra-indicaties:

- algemene infectie (koorts);
- TBC;
- orgaantransplantatie.

Relatieve contra-indicaties:

- lokale infecties;
- vagotone patiënten;
- hartpatiënten.

## Contactgegevens

### Revalidatiecentrum

Tel. 09 310 15 95  
E-mail [revalidatiecentrum@azalma.be](mailto:revalidatiecentrum@azalma.be)  
Website [revalidatiecentrum.azalma.be](http://revalidatiecentrum.azalma.be)

### Contactinfo

**vzw AZ Alma**  
(Maatschappelijke Zetel)  
Ringlaan 15  
B-9900 Eeklo  
tel. 09 310 00 00

**Polikliniek AZ Alma Sijsele**  
Gentse Steenweg 132  
B-8340 Sijsele-Damme  
tel. 09 310 00 00

[www.azalma.be](http://www.azalma.be)

## Lymfedrainage

