

# Lymfaterapia

Lymfaterapiaa voidaan käyttää turvotuksen vähentämiseen, kivun lievittämiseen ja rentoutukseen.

Manuaalinen lymfaterapia elvyttää imusuonten toimintaa ja edistää imunesteen kiertoa. Manuaalisen lymfaterapian otteet ovat kevyitä ja rytmisesti toistuvia, imusuonten omaa supistustoimintaa tukien. Otteiden suunta noudattelee imusuonten kulkua. Imusuoniston kuljetuskyvyn tehostuessa kudoksissa sekä solujen välitilassa oleva nestekuorma ja valkuaisaineet pääsevät poistumaan kudoksesta ja turvotukset laskevat.

Lymfaterapia on turvotushoidon olennainen osa. Hoitoon kuuluvat myös **kompressiosidokset, liike- ja ihonhoito**. Lymfaterapiaa voidaan antaa ainoana hoitomuotona tai esimerkiksi osana fysioterapiaa. Lymfaterapiaa voidaan käyttää myös ennaltaehkäisevänä terveydenhoitona, johon voi tulla ilman lääkärin lähetettä.

Terapian kesto ja terapiatiheys riippuvat mm. sairaudesta/vammasta, potilaan iästä, potilaan yleiskunnosta sekä hoitoalueen laajuudesta. Yksi hoitokerta kestää noin 60 min.



## Lymfaterapian käyttöaiheita ovat:

- Turvotukset
  - toiminnalliset
  - imusuoni- ja laskimoperäiset

- syöpäleikkausten jälkeiset
- sädehoidon jälkeiset
- leikkausten jälkeiset
- raskauteen liittyvät
- Vammat ja arvet
  - murtumat, nivelten venähdykset, lihasrevähtymät
  - mustelmat, palovammat
- Säärihaavat
  - laskimo- ja valtimoperäiset
  - diabeteksestä johtuvat
- Krooniset sairaudet
  - Reuma, nivelrikko, fibromyalgia
- Ruusu!

#### **Lymfaterapian vasta-aiheita ovat:**

- akuutti infektio/tulehdus
- syvä laskimotukos
- kesken hoidon olevat pahanlaatuiset kasvaimet

#### **Saako lymfaterapiasta kelakorvausta?**

Sairasvakuutukselta on mahdollisuus saada korvausta lääkärin määräämästä lymfaterapiasta, kun kyseessä on:

- rintasyöpäleikkaus tai muu laaja kirurginen toimenpide
- sädehoito nivustaipeeseen, lantioon tai kainaloon
- krooninen infektio, lähinnä ruusu
- synnynnäinen imusuoniston kehityshäiriö