

Oedeemtherapie



Oedeemtherapie

De therapeuten



Ingrid Algera - de Vroom



Dagmar Berkelaar – Koster

Dagmar en Ingrid hebben hun opleiding gevolgd bij het Nederlands Paramedisch Instituut (NPI) en zijn beiden lid van de Nederlandse Vereniging voor Fysiotherapie binnen de Lymfologie (NVFL). Zij zijn ook geregistreerd therapeut, ingeschreven in het kwaliteitsregister voor fysiotherapie. Het NVFL is aangesloten bij het Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie (KNGF).

Meer informatie kunt u vinden op:
www.kngf.nl of www.fysiotherapie.nl

Behandelingen

Er zijn verschillende behandelingen die toegepast kunnen worden bij oedeem.

- **Manuele lymfedrainage:** Dit is een zachte massagetechniek met als doel het lymfesysteem te stimuleren. Hierdoor wordt de opname en afvoer van lymfevocht verhoogd.
- **Compressietherapie:** Om het overschot aan lymfevocht zo goed mogelijk te realiseren kan er gezwachteld worden. Door te zwachtelen wordt er een druk uitgeoefend op de lymfevaten wat een positieve invloed heeft op het afvoeren van het lymfevocht.
- **Oefentherapie:** Een belangrijk onderdeel in het afvoeren van lymfevocht is de 'spierpomp'. Door het aan en ontspannen van een spier creëer je een soort pompbeweging rond de lymfebanen met als gevolg een betere doorstroom van het lymfevocht. Daarnaast kan oefentherapie ook erg belangrijk zijn bij het opheffen van bewegingsbeperkingen ten gevolge van b.v. een operatie.
- **Lymfetaping:** Bij lymfetaping wordt gebruik gemaakt van een speciale elastische tape. Door de tape op een specifieke manier aan te leggen krijgt het een liftende werking. Dit zorgt er voor dat de onderhuidse circulatie verbeterd en het afvoer van lymfevocht bevorderd wordt.



- **Ademtherapie:** Door middel van specifieke ademhalingsoefeningen kunnen op verschillende plekken in het lichaam lymfeklieren gestimuleerd worden. Ook dit draagt weer bij aan het verbeteren van de afvoer van lymfevocht.

De therapie bestaat altijd uit een combinatie van de verschillende behandelingen.

Naast al deze mogelijke behandelingen wordt u natuurlijk ook voorgelicht over verschillende leefregels die belangrijk zijn in het voorkomen en/of verminderen van het oedeem.

Oedeemgroepen: In onze oefenzaal zijn er op verschillende uren in de week oefengroepen voor mensen met oedeem. Hier geven we specifieke begeleiding voor het sporten en bewegen met oedeem. We maken daar ook gebruik van de zogenaamde “spierpomp” om het afvoeren van het lymfevocht te stimuleren. Daarnaast is het natuurlijk ook erg belangrijk en prettig om aan de algehele conditie te kunnen werken in een gezellige en gemoedelijke sfeer.

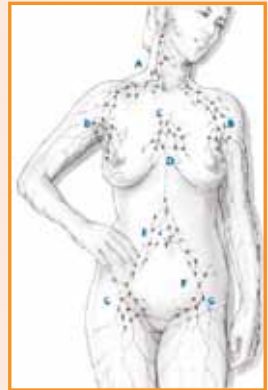
Vergoedingen: Oedeemfysiotherapie wordt door alle zorgverzekeraars volledig vergoed, mits u een aanvullende verzekering heeft. De eerste negen behandelingen worden vergoed uit de aanvullende verzekering. De vervolghandelingen worden vergoed vanuit de basisverzekering. Wel is het belangrijk dat u van uw arts een verwijzing krijgt voor de oedeemfysiotherapie.

Wat is lymfoedeem?

Lymfoedeem is een opeenhoping van vocht in een deel van het lichaam. Dit ontstaat ten gevolge van een onvoldoende functionerend of een defect lymfesysteem. Lymfoedeem uit zich in een gevoel van spanning of stuwing van de huid, pijnlijk of tintelend gevoel en toename van de omvang van het lichaamsdeel.

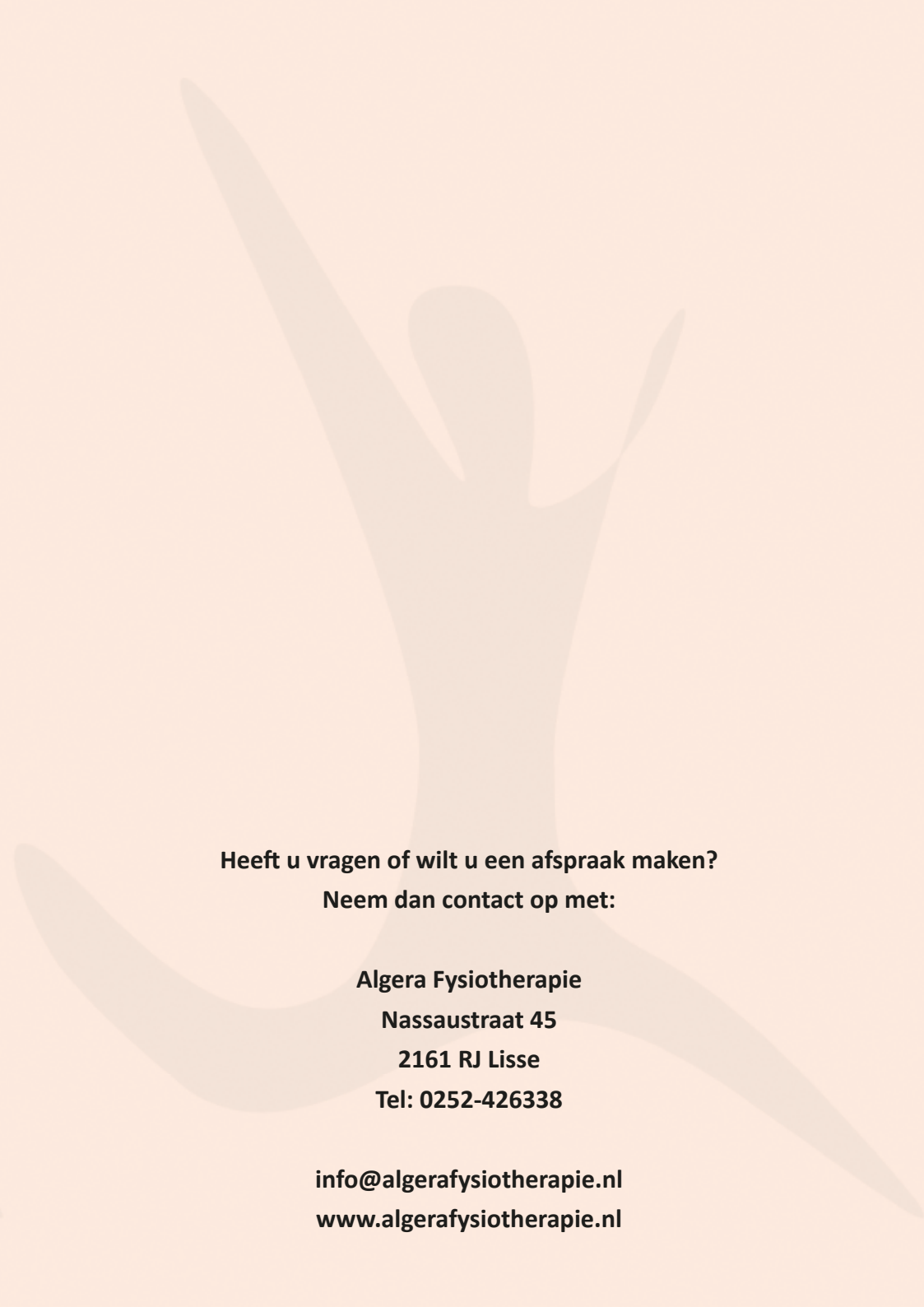
Het lymfestelsel

Net als het stelsel voor de bloedsomloop heeft het lichaam een vergelijkbaar stelsel waar lymfe doorheen stroomt. Het lymfestelsel. Dit systeem loopt door het hele lichaam. In tegenstelling tot de bloedsomloop is het lymfestelsel alleen een afvoerend systeem. Het voert onder andere afvalstoffen en eiwitten af en heeft een afweerfunctie.



De oorzaak van lymfoedeem

Er zijn verschillende oorzaken voor lymfoedeem. Het defect aan het lymfesysteem kan aangeboren zijn, we spreken dan over primair lymfoedeem. Een secundair lymfoedeem ontstaat meestal na een ernstige beschadiging van het lymfestelsel als gevolg van een operatie of bestraling.



Heeft u vragen of wilt u een afspraak maken?

Neem dan contact op met:

Algera Fysiotherapie

Nassastraat 45

2161 RJ Lisse

Tel: 0252-426338

info@algerafysiotherapie.nl

www.algerafysiotherapie.nl