

### Meer weten?

Vraagt u zich af of u in aanmerking komt voor oedeemfysiotherapie of manuele lymfdrainage? Neem dan contact op met één van onze oedeemfysiotherapeuten.

### Vergoeding

Oedeemfysiotherapie is een specialisatie binnen de fysiotherapie en wordt net als gewone fysiotherapie vergoed vanuit de aanvullende zorgverzekering. De basisverzekering vergoedt de behandeling voor chronische patiënten vanaf de 21e behandeling. Wij hebben met alle zorgverzekeraars een contract afgesloten.

### Centraal Kwaliteitsregister

Wij zijn opgenomen in het Centraal Kwaliteitsregister Oedeemfysiotherapie en lid van de NVFL (Nederlandse Vereniging voor Fysiotherapie binnen de Lymfologie).



- ◆ (Sport-) fysiotherapie
- ◆ Manueeltherapie
- ◆ Oedeemtherapie
- ◆ Geriatrie
- ◆ Kinderfysiotherapie
- ◆ Ergotherapie

**De eerste stap is snel gezet;  
uw eerste afspraak kan vaak al  
binnen 24 uur ingepland worden  
en een verwijzing is niet nodig.**

januari 2021

NXT Fysio

Algemeen afsprakennummer 088-26 26 000  
info@nxtfysio.nl | www.nxtfysio.nl

# NXT FYSIO

Op weg naar herstel.

## Manuele Lymfedrainage & Oedeemfysiotherapie



info@nxtfysio.nl | www.nxtfysio.nl  
Algemeen afsprakennummer 088-26 26 000

### Wat is oedeem en wat houdt oedeemfysiotherapie in?

Oedeem is een abnormale ophoping van vocht in het weefsel als gevolg van een verstoord evenwicht tussen aan- en afvoer van vocht.

Oedeemfysiotherapie kent verschillende behandelmethodes. Naast de massagetechnieken (manuele lymfdrainage) kan er door middel van oefeningen, taping en bandage effectief worden gewerkt aan vermindering van vochtophoping.

Binnen de reguliere fysiotherapie is **manuele lymfdrainage** een gespecialiseerde therapievorm. De therapeutische toepassing bestrijkt een breed spectrum van ziektebeelden, waaronder oedeem.

### Wat zijn lymfe en lymfklieren?

Lymfe is een kleurloze tot geelachtige lichaamsvloeistof, die een belangrijke functie heeft bij het bestrijden van ziektekiemen en bij afweerreacties van het lichaam. Via het lymfvatenstelsel wordt de lymfe naar het bloedvatenstelsel afgevoerd.

Lymfklieren zijn kleine orgaantjes (knopen) in het lymfvatenstelsel en dienen o.a. als filter om passerende lymfe te ontdoen van schadelijke stoffen zoals bacteriën en afvalproducten die bij ontstekingen vrijkomen. Tevens produceren deze klieren lymfecellen en eiwitten die antistoffen vormen.

De behandeling is primair gericht op verbetering van de afvoer van vocht + afvalstoffen (lymfe) naar en in de lymfvaten. De afvoer van lymfe naar de bloedvaten wordt eveneens gestimuleerd. Door richting te geven aan de lymfstroom kan het lichaam ook nieuwe omleidingen vormen. Dit alles leidt tot een meer evenwichtige, algemene waterhuishouding, waardoor het herstel van de stofwisseling op celniveau wordt bevorderd.

### Wat is lymfdrainage?

Manuele lymfdrainage is een fysiotherapeutische behandelmethode die door middel van specifieke massagetechnieken en handgrepen het lymfsysteem stimuleert. Eventueel ondersteund door oefentherapie, compressie dmv. zwachtelen of bandages en lymftaping.

**Manuele lymfedrainage:** een specifieke massage ter stimulering van het lymfesysteem.

**Lymftaping:** tapetechniek waardoor de lymfestroom toeneemt. Kan ook gebruikt worden om littekens te behandelen.

**Oefentherapie/training:** met bepaalde oefeningen is het mogelijk om de lymfstroom te bevorderen. Tevens wordt het betreffende ledemaat beweeglijker en uw algehele conditie zal toenemen.

**Leefadviezen** om u te helpen met uw oedeem en/of klachten om te gaan (zelfmanagement).

**Compressietherapie:** om de behandeling te ondersteunen, kan er een zwachtel/bandage worden aangelegd. De continue druk van buitenaf geeft zo het vocht niet de gelegenheid om in het aangedane gebied terug te keren. Wanneer de omvang van een arm of been stabiel is kan het nodig zijn om een therapeutisch elastische kous te laten aanmeten.

**Therapeutisch elastische kous:** indien het oedeem verminderd is zal deze kous aangemeten worden om het behaalde resultaat te handhaven.

### Wanneer is manuele lymfdrainage en oedeemfysiotherapie toepasbaar?

Toepasbaar bij:

- Lymfoedeem
- Posttraumatisch en postoperatief oedeem (bijv. na borstamputatie en/of bestraling)
- Reumatische aandoeningen
- Darmstoornissen
- Circulatiestoornissen
- Chronische sinusitis
- Migraine
- Elke vorm van littekens

Bronnen:

[www.nvfl.nl](http://www.nvfl.nl)  
[www.lymfoedeem.nl](http://www.lymfoedeem.nl)  
[www.fysiotape.nl](http://www.fysiotape.nl)