

## Was ist Manuelle Lymphdrainage (MLD)?

Die Manuelle Lymphdrainage ist eine spezielle, sanfte Massagetechnik, die darauf abzielt, den Abtransport von Gewebeflüssigkeit zu fördern. Sie wird insbesondere zur Behandlung von Lymphödemen und anderen Schwellungszuständen eingesetzt.

Die Therapie unterstützt das Immunsystem, lindert Schmerzen und fördert die Regeneration.



### Anwendungsgebiete

- + Lymphödem (primär und sekundär)
- + Nach Operationen & Verletzungen (z. B. nach Krebsoperationen, Knie- oder Schulter-OPs etc.)
- + Lipödem
- + Chronische venöse Insuffizienz
- + Schwellungen nach Verstauchungen oder Prellungen
- + Migräne und Kopfschmerzen

### Wirkung

- + Reduzierung von Lymphödemem, Schwellungen
- + Verbesserung der Durchblutung
- + Stärkung des Immunsystems
- + Schmerzlinderung

Durch sanfte, rhythmische Bewegungen mit geringer Druckintensität wird der Lymphfluss angeregt.



## Wir sorgen für Bewegung.

**ORTHOMED am Brüderweg**  
Schwerpunkt Lymphdrainage  
Brüderweg 18  
44135Dortmund



Fon +49 231 912330-670  
Fax +49 231 912330-99  
info@orthomed-rehazentrum.de  
www.orthomed-rehazentrum.de

**ÖFFNUNGSZEITEN**  
Mo - Fr 8:00 - 12:00 Uhr  
12:30 - 16:30 Uhr

### Ihr Weg zur Behandlung

Die Manuelle Lymphdrainage wird ärztlich verordnet (Heilmittel). Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin über eine mögliche Therapieverordnung. Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung!

Wir freuen uns auf Sie und wünschen Ihnen eine angenehme Behandlung!



**Qualitätssicherung**  
ORTHOMED ist von der IGzert GmbH & Co. KG zertifiziert

Seit über  
111 Jahren  
im Herzen von  
Dortmund

### Ihr KRAFT Unternehmensverbund – gemeinsam aus einer Hand

Wir von KRAFT stellen Sie und Ihre individuellen Bedürfnisse in den Mittelpunkt unseres Handelns. Unsere sorgfältig aufeinander abgestimmten Unternehmensbereiche arbeiten Hand-in-Hand zusammen, um Ihnen gemeinsam die bestmögliche Versorgung bieten zu können.

**EMIL KRAFT**  
Sanitätshaus | Orthopädie-Technik

**KRAFT**  
Reha-Technik

**ORTHOMED**  
Medizinisches Leistungs- & Reha-Zentrum

Stand VI\_05/2025



Ihr  
Ansprechpartner  
in Dortmund

ORTHOMED am Brüderweg

**Praxis für Physiotherapie mit  
Schwerpunkt Lymphdrainage (MLD)**



## Willkommen bei ORTHOMED am Brüderweg – Ihrer Praxis für Physiotherapie mit Schwerpunkt Lymphdrainage

Liebe Patientin, lieber Patient,

wir freuen uns, Sie in unserer Praxis begrüßen zu dürfen!

Unser Ziel ist es, Ihnen durch gezielte Anwendungen der Manuellen Lymphdrainage und der Physiotherapie zu mehr Wohlbefinden und Gesundheit zu verhelfen. In dieser Broschüre erfahren Sie alles Wichtige rund um die entstauende, sanfte und wirkungsvolle Therapieform Manuelle Lymphdrainage (Bestandteil der komplexen Entstauungstherapie).

Ein besonderer Schwerpunkt liegt dabei auf der Lymphdrainage für **brustoperierte Frauen**. Wir arbeiten eng mit dem Team von **KRAFT für Frauen** zusammen (ebenfalls am Brüderweg 18), um eine umfassende und individuelle Therapie zu gewährleisten.

+ Ein lymphamat® der Firma Bösl ist in der Praxis vorhanden und kann unterstützend zur manuellen Lymphdrainage eingesetzt werden.

## Die fünf Säulen der Komplexen Entstauungstherapie (KPE)

### 1. Manuelle Lymphdrainage (MLD)

Sanfte Massagegriffe zur Förderung des Lymphflusses

### 2. Kompressionstherapie

Verwendung von Bandagen oder Kompressionsstrümpfen zur Unterstützung der Entstauung

### 3. Bewegungstherapie

Spezielle Übungen zur Förderung der Muskelpumpe und des Lymphabflusses

### 4. Hautpflege

Schutz der Haut vor Infektionen durch sorgfältige Pflege und Feuchtigkeit

### 5. Selbstmanagement

lymphamat®, gymnastische Bewegungsübungen, Atemtechniken, Lagerungen (Lagerungskissen), Austausch LY-Community etc.

## Ablauf einer Behandlung

Jede Behandlung beginnt mit einer individuellen Befunderhebung. Anschließend führen unsere qualifizierten Therapeutinnen und Therapeuten die Lymphdrainage in sanften, kreisenden und pumpenden Bewegungen aus. Die Dauer einer Sitzung beträgt je nach Indikation zwischen 30 und 60 Minuten.

### Wichtige Hinweise für Patientinnen und Patienten

- + Trinken Sie nach der Behandlung ausreichend Wasser, um den Abtransport der gelösten Stoffe zu unterstützen
- + Vermeiden Sie unmittelbar nach der Therapie anstrengende körperliche Aktivitäten
- + Tragen Sie gegebenenfalls Kompressionsstrümpfe oder Bandagen gemäß der ärztlichen Verordnung
- + Informieren Sie uns über bestehende Erkrankungen oder Medikamente

## Wann sollte Manuelle Lymphdrainage nicht angewendet werden?

**Es gibt einige Kontraindikationen, bei denen eine Lymphdrainage nicht oder nur nach ärztlicher Absprache erfolgen sollte:**

- + Akute Infektionen und Entzündungen
- + Herzinsuffizienz im fortgeschrittenen Stadium
- + Unbehandelte Krebserkrankungen
- + Tiefe Venenthrombose

### Weitere Behandlungsmethoden in unserer Praxis:

- + Physiotherapie (orthopädische, chirurgische -und sporttraumatologische Krankheitsbilder)
- + Klassische Massagen

Vereinbaren Sie einen Termin.  
**Wir freuen uns auf Sie!**