

Liebe Patientin, lieber Patient,

dieses Informationsblatt soll Sie auf Ihre Manuelle Lymphdrainage Therapie vorbereiten. Falls sie noch weitere Fragen haben, wenden Sie sich gerne telefonisch oder via Mail an uns.

Manuelle Lymphdrainage besteht aus vier Komponenten:

- Lymphdrainage: ähnlich einer Massage, welche die Schwellung reduzieren soll und nicht schmerzhaft ist
- Kompressionstherapie: bestehend aus Bandagen und Wickeln in der akuten Phase und später einer Kompressionsstrumpfversorgung
- Hinweise zur Versorgung der Haut, damit es nicht zu Wunden oder Druckstellen kommt
- Anleitung zu aktiven Bewegungs- und Trainingsübungen

Bitte bringen Sie zur Therapie **weite Kleidung** und, falls bei Ihnen die Beine betroffen sind, auch **weite Schuhe** mit. Sie werden ab der ersten Therapie mit Bandagen versorgt, die sie bis zur nächsten Therapie durchgängig tragen müssen.

Da Sie die Bandagen auch nicht entfernen dürfen, wenn Sie schlafen oder duschen, können Sie selbstverständlich vor der Therapie die Duschen in der medbase benutzen. Bitte werfen Sie nur den untersten Netzstrumpf nach dem Duschen weg. Die elastischen Binden und die Watte können in der Regel erneut benutzt werden. Die elastische Binde kann übrigens auch gewaschen werden.

Bitte vereinbaren Sie persönlich oder telefonisch 9 Termine über 3 Wochen (je 3 pro Woche).

Im Anschluss an die ersten 6-9 Behandlungen (über 2-3 Wochen) wird das OrthoTeam (oder Ihr Orthopädie-Fachgeschäft) Mass von Ihnen nehmen, um einen Strumpf für Sie anzupassen.

Während der Strumpf für Sie hergestellt wird, führen wir die Lymphdrainage als erhaltende Therapie weiter durch.

Im Anschluss an die Strumpfversorgung kann die Lymphdrainage als erhaltende Therapie nach Absprache mit dem Arzt weiter durchgeführt werden.

Woche	Phase	Behandlung	Abrechnung
1-3	Akutphase	Akuttherapie  3x pro Woche Lymphdrainage und Kompressionstherapie mit Bandagen  Ziel: Entstauung und Abmessung und Bestellung eines Kompressionsstrumpfs/-handschuhs	Über eine Physiotherapieverordnung (Grundversicherung) Abrechnung nach 7311
4-5	Weiterführung Akutphase	Erhaltende Therapie  3x pro Woche Lymphdrainage und Kompressionstherapie mit Bandagen  Ziel: Kompressionstextil wird geliefert und angepasst	
ab 6	Chronische Phase	Erhaltende Therapie  1-3x pro Woche Lymphdrainage und Kompressionstherapie mit Kompressionstextil	3 Varianten:  1. Grundversicherung 2. private Rechnung 3. Zusatzversicherung

Hinweise für Patientinnen und Patienten mit Lymphödem (Quelle: [www.lymphologie.ch/59.html](http://www.lymphologie.ch/59.html)):

- Vorsicht bei Verletzungen und Entzündungen: Eine Wunde am betroffenen Arm oder Bein kann zu einer vermehrten Schwellung führen und die Wundheilung kann auf der betroffenen Seite reduziert sein
- Meiden Sie Überwärmung, da es die Gefässe weitet und die Schwellung erhöht
- Meiden Sie körperliche Überbelastung  
Moderates Ausdauertraining jedoch ist sehr förderlich für die Reduzierung der Schwellung
- Meiden Sie Unterkühlung oder Erfrierungen (tragen Sie im Winter warme Kleidung bzw. Handschuhe)
- Vermeiden Sie Einschnürungen durch z.B. zu enge Kleidung und Socken (auch Blutdruckmessungen auf der betroffenen Seite wenn möglich vermeiden).

Vielen Dank für Ihr Vertrauen,

Ihr medbase Team