

**Poliklinika Prosek, odd. rehabilitace a léčby bolesti, Lovosická 40/440, Praha 9,
tel. 266010269,189**

Informovaný souhlas klienta – manuální lymfodrenáž:

Jméno a
příjmení:.....

RČ:.....

Anamnéza:

- Onemocnění
- Úrazy
- Alergie
- Pitný režim
- Spánek
- Sport
- Farmakologická léčba
- Rodinná anamnéza

Kontraindikace manuální lymfodrenáže:

- Maligní onemocnění (pouze po konzultaci s lékařem)
- Akutní virové a bakteriální onemocnění (včetně počátku nemoci)

Relativní kontraindikace (nutná dohoda s terapeutem):

- akutní žilní onemocnění
- astma bronchiale
- onemocnění srdce, ledvin, jater
- onemocnění štítné žlázy
- svalová hypotonie
- alergické a ekzematické projevy na kůži

MANUÁLNÍ LYMFODRENÁŽ

Manuální lymfodrenáž je zaměřena na lymfatický systém a hlavním cílem je povzbuzení odtoku mízní tekutiny z tkání. Další účinky jsou zmírnění bolestivého napětí, zlepšení odtoku lymfy z postižené oblasti. Nejprve ošetřujeme centrální

krajiny (oblasti sběrných uzlin), které jsou vyprázdněny a postupně je do nich přiváděna další tekutina ze vzdálenějších míst.

Využití lymfodrenáže je široké – využívá se v neurologii (encefalopatie, roztroušená skleróza, parézy, bolesti hlavy, neuralgie), dermatologii (erysipel, sklerodermie, akné, bércové vředy), ortopedii (artritida, Běchtěrevova nemoc, artrózy), ale také v interních oborech (zácpy). Hlavní účinek je zlepšení odtoku lymfy (využívá se při lymfedému). Mezi další účinky patří zvýšení obranyschopnosti těla (dochází k „vyčištění“ mízních uzlin), urychlení regenerace i rekonvalescence díky zlepšení výživy buněk, analgetický a sedativní účinek, v neposlední řadě kosmetické využití (celulitida).

Manuální lymfodrenáž pracuje v oblasti kůže a podkoží, je to jemná technika (na rozdíl od klasické masáže, která působí v hlubších vrstvách). Tato technika nesmí vyvolávat bolest. Před ošetřením postižených oblastí je prováděno základní ošetření krku, aby byl podpořen transport mízy z konečného úseku lymfatického systému do systému žilního).

Indikace:

- otoky (primární a sekundární lymfedém, posttraumatické otoky, pooperační)
- celulitida
- problémy s imunitou, detoxikace organismu
- chronické otoky při žilních problémech (ne v akutním stavu)
- zvýšené lokální ukládání tuku (lipedém, lipolymfedém)
- otoky při artritidách, roztroušené skleróze, aj.
- zadržování vody při hormonálních potížích, v těhotenství
- bolesti hlavy
- prevence zdravotních problémů
- obnova svalové síly a vitality u sportovců
- rehabilitace profese s nadměrným zatížením dolních končetin

Manuální lymfodrenáž může být doplněna lymfodrenáží přístrojovou, nesmí jí být ale zcela nahrazena. Také je možné podpoření efektu pomocí kineziologického tejpování.

Při terapii manuální lymfodrenáže je nutné dodržovat komplexní program – změna životosprávy, dodržování pitného režimu, pohybová opatření, dechová cvičení).

V Praze dne:

Podpis: