

## **Indicaties Manuele Lymfe Drainage:**

Stimuleren van het lymfesysteem waardoor vocht en afvalstoffen beter afgevoerd kunnen worden

Bij Lymfoedeem en Lipo-Oedeem

Weefselherstel bij blessures en na operaties

Herstel van het afweersysteem/ verhogen immuniteit, bijvoorbeeld na ziekte

Reiniging/ontslakking/detox, bijvoorbeeld tijdens reinigings- of vastenkuur

Sportblessures/hematomen: kneuzing; verrekking van spieren, pezen en ligamenten; na botbreuken

Overbelastingsproblemen van het bewegingsapparaat zoals KANS (RSI); tennis- of golfarm; spierkramp; spit

Ischias

Vóór en na bepaalde operatieve ingrepen zoals meniscus; total hip; keizersnede

Littekenbehandeling

Artrose, fibromyalgie, CTS (carpaal tunnel syndroom)

Allergie/hooikoorts: behandeling als kuur, liefst in aanvalsvrije perioden

Zware, vermoeide, rusteloze benen, bijvoorbeeld tijdens zwangerschap

Stress en stressgerelateerde klachten, bijvoorbeeld verhoogde spierspanning, hyperventilatie, hoofdpijn, spastische dikke darm, slapeloosheid, onrust, (chronische) vermoeidheid

Cystes

Mastopathie

Fibroadenoom

Laaggradige ontstekingen

Robert Harris, director and senior instructor Dr. Vodder School International:

[https://youtu.be/yG2uIBD6\\_Xw](https://youtu.be/yG2uIBD6_Xw)

