



## Vergoeding

De behandeling van lymfoedeem vindt meestal plaats na verwijzing van uw huisarts of specialist. In overleg wordt er besloten of er verder onderzoek en/of behandeling gewenst is.

Wanneer u in aanmerking komt voor oedeemtherapie, kan het lymfoedeem behandeld worden. Oedeemtherapie kan, zowel met als zonder verwijzing, behandeld worden.



U vindt ons ook op facebook:  
<https://www.facebook.com/CentrumFysiotherapie>

© Februari 2016 | Centrum Fysiotherapie | Beeldmateriaal: Centrum Fysiotherapie, Shutterstock, Inc. USA



## Locatie

Centrum Fysiotherapie Medemblik  
Breek 18, 1671 GE Medemblik  
Tel. 0227-542323



## Openingstijden

Centrum Fysiotherapie is alle werkdagen geopend.

[info@centrumfysiotherapie.nl](mailto:info@centrumfysiotherapie.nl)  
[www.centrumfysiotherapie.nl](http://www.centrumfysiotherapie.nl)



# Centrum Fysiotherapie

Samen sterk voor kwaliteit



## Oedeemtherapie

## Oedeem.. en nu?

### Lymfoedeem

Lymfoedeem is een vochtophoping in een deel van het lichaam dat ontstaat ten gevolge van een onvoldoende functionerend of een defect lymfsysteem. Dit kan het gevolg zijn van een operatie waarbij lymfklieren zijn weggenomen of door bestraling (bv. borstkanker, buikoperaties). Ook kan oedeem ontstaan na een operatie aan gewrichten of forse kneuzingen, waarbij de afvoer van vocht wordt belemmerd.

Oedeem kan een gevoel geven van zwaarte, spanning van de huid, een pijnlijk of tintelend gevoel en een toename van de omvang van het lichaamsdeel. Dit hoeft niet altijd pijnlijk te zijn, maar kan u wel hinderen in uw dagelijkse bezigheden.

### Wat te doen bij lymfoedeem?

Lymfoedeem gaat niet vanzelf over. Als u denkt dat er bij u lymfoedeem aanwezig is, neemt u dan contact op met uw huisarts of specialist. In overleg besluit u of er verder onderzoek en/of behandeling gewenst is. U kiest dan voor een behandelaar die ter zake kundig is. Uw oedeemfysiotherapeut behandelt niet alleen het lymfoedeem adequaat, maar is tevens deskundige op het gebied van bewegen en houding.

### De behandeling

De behandeling bestaat met name uit manuele lymfedrainage. Dit is een specifieke massagetechniek die wordt gekenmerkt door handgrepen met een lage druk in een voortdurende, ritmische beweging. Het doel is het stimuleren van de afvoer van lymfevocht en het bevorderen van de functie van niet-aangedane lymfevaten c.q. klieren.



### Het doel van oedeemfysiotherapie

Als u eenmaal lymfoedeem heeft, moet u daarmee leren leven. Het doel van oedeemtherapie is het leren omgaan met lymfoedeem, met daarbij het streven naar zoveel mogelijk zelfmanagement. De therapie bestaat uit een combinatie van verschillende behandelmogelijkheden:

- **Oefentherapie**  
Oefentherapie ter ondersteuning van de vochtafvoer en verbetering van de mobiliteit en spierkracht.
- **Lymfetaping**  
Lymfetapen wordt gebruikt om de onderhuidse circulatie te verbeteren en het oedeem te verzachten.
- **Aanleren van zelfmanagement**  
U wordt voorgelicht over huidverzorging, preventie en zelfhulp. Tevens wordt u begeleid in het opbouwen van uw dagelijkse activiteiten.
- **Compressietherapie**  
Om de afname in omvang zo snel mogelijk te realiseren, zal er in de meeste gevallen gebandageerd worden. Als het overschot aan vocht weg is, zal er een therapeutisch elastische kous worden aangemeten om het effect van de therapie te behouden.
- **Manuele lymfedrainage**  
Dit is een massagetechniek gericht op het stimuleren van de afvoer van lymfevocht en bevorderen van de functie van de niet-aangedane lymfevaten c.q. klieren.