

KWALITEIT

Stuivesant fysiotherapie & fitness is aangesloten bij het NVFL (Nederlandse Vereniging voor Fysiotherapie binnen de Lymfologie en Oncologie)

Onze fysiotherapeuten staan geregistreerd in het Centraal Kwaliteitsregister Fysiotherapie (CKF).



OEDEEM- FYSIOTHERAPIE

CONTACT

Stuivesant fysiotherapie & fitness
Stuivesantplein 2
5021 GW Tilburg

T 013- 535 87 01
E info@stuivesant.nl
W www.stuivesant.nl
F Stuivesant fysiotherapie & fitness

Openingstijden

maandag: 07.00 -21.00 uur
dinsdag: 07.30 -21.00 uur
woensdag: 08.00 -18.30 uur
donderdag: 08.00 -21.00 uur
vrijdag: 07.00 -18.00 uur
zaterdag: 09.00 -12.00 uur

Wat is lymfoedeem?

Lymfoedeem is een vochtophoping in een deel van het lichaam. Deze ophoping is het gevolg van een onvoldoende functionerend of defect lymfesysteem. Dit kan het gevolg zijn van een operatie waarbij lymfeklieren zijn weggehaald of door bestraling. Maar ook na een andere operatie kan lymfoedeem ontstaan.

Hoe ziet het lymfestelsel eruit?

Het lymfestelsel loopt door het gehele lichaam. Het heeft als functie afvalstoffen en eiwitten af te voeren en het heeft een afweerfunctie. Het systeem bestaat uit lymfevaten, lymfeklieren en lymfeweefsel. Het lymfesysteem neemt vocht en afvalstoffen uit het lichaam op en brengt ze naar de lymfeklieren. Lymfevaten lopen door het hele lichaam, lymfeklieren bevinden zich

op verschillende plaatsen waaronder de hals, oksels, bij de darmen, in de buikholte en in de liezen. Vanuit de lymfeklieren wordt het daar gezuiverde vocht naar de bloedvaten vervoerd.

Hoe ziet een behandeling eruit?

Manuele lymfedrainage

Een behandeling start over het algemeen met manuele lymfedrainage. Manuele lymfedrainage zorgt ervoor dat het lymfesysteem wordt geactiveerd. Er wordt gebruik gemaakt van zachte pompende bewegingen van de handen, waarmee het vocht naar delen van het lichaam wordt gestuurd waar het beter afgevoerd kan worden. Er kan tevens gebruik worden gemaakt van fibrosegrepen. Dit is een hardere handgreep waarmee verhard weefsel (fibrose) soepeler wordt zodat het vocht er gemakkelijker doorheen kan stromen.

Manuele lymfedrainage wordt meestal aangevuld met een of meerdere van onderstaande behandeltechnieken voor een optimaal resultaat.

Lymfetaping

Bij lymfetaping wordt gebruik gemaakt van de rek van de tape. Hierdoor wordt de huid een klein beetje opgetild, waardoor er in de huid en onderliggende weefsels meer ruimte komt. Hierdoor kan het vocht zich makkelijker verplaatsen.

Compressietherapie

Compressietherapie werkt door middel van zwachtels. Er wordt door de zwachtel druk uitgeoefend van buitenaf. Dit helpt voorkomen dat het vocht terugstroomt naar het gebied wat net behandeld is. Wanneer er een stabiele situatie is ontstaan wordt er een elastische kous aangemeten.

Litteken losmaken

Een verstoring van het lymfesysteem kan ook ontstaan als gevolg van een litteken. De huid rondom het litteken kan strak staan en het litteken kan verharden (fibrosen), waardoor het vocht hier minder goed doorheen kan stromen. Dit kan worden behandeld door het litteken los te maken.

Oefentherapie

In veel gevallen bestaat er naast het oedeem ook een verminderde bewegingsmogelijkheid in het aangedane gebied. Door oefeningen is het mogelijk dit te verbeteren en tevens de spierkracht weer op te bouwen. Het aanspannen van spieren zorgt ook voor een betere afvoer van het vocht.

HOE HERKEN JE LYMFOEDEEM?

De volgende klachten kunnen voorkomen bij lymfoedeem:

- spanning op de huid
- lichaamsdeel voelt zwaarder aan
- toename van de omvang
- pijnlijk gevoel
- tintelingen
- bewegingsbeperking

PRAKTISCHE INFORMATIE EN VERGOEDING

Oedeemfysiotherapie wordt in sommige gevallen vergoed vanuit de basisverzekering. Hiervoor moeten wel de eerste 20 behandelingen zelf betaald worden of vanuit het aanvullende pakket. Helaas is dit niet altijd het geval, dan komt de vergoeding volledig uit het aanvullende pakket (indien aanwezig). Voor meer informatie of voor vragen kunt u contact met ons opnemen.