

# Das Lymphsystem

## 1. Aufbau/Funktion

## 2. Behandlung bei Kopf-Hals-Betroffenheit

### 1. Aufbau/Funktion

Um den Ablauf einer Behandlung besser zu verstehen ist es wichtig die Arbeitsweise, die Funktion und den Aufbau des Lymphsystems im Groben zu erläutern.

Das Lymphsystem beginnt „blind“ im sogenannten Interstitium, dem Zwischenzellgewebe, mit handschuhfingerartig geformten Gefäßen aus glatter, also vom Willen nicht beeinflussbarer Muskulatur, deren Fingerspitzen quasi abgeschnitten sind und somit der Lymphflüssigkeit die Möglichkeit gibt dort einzufließen. Lymphe ist eine Flüssigkeit, die sich aus Nähr- und Abfallstoffen aus dem Zellstoffwechsel zusammensetzt. Das Lymphsystem ist ein Einwegsystem, im Gegensatz zum Blutkreislauf. Die Lymphe wird aus der Peripherie über Lymphknoten und Lymphknotenketten in das Herz geleitet, wo sie über die Leber verstoffwechselt wird.

Wenn nun dieses „Abflusssystem“ durch Operationen, Radio- und/oder Chemotherapie oder andere Umstände geschädigt wird, sind Stauungen bzw. Abflussstörungen die Folge. Ein intaktes und gut angelegtes Lymphgefäßsystem kann dies bis zu einem gewissen Maß kompensieren. Entstehen jedoch Stauungen sollte man nicht zögern und Maßnahmen ergreifen, die diesem Umstand entgegenwirken. Gerade im hier angesprochenen Bereich können auch Atmung und das Schlucken durch Ödeme beeinträchtigt sein. Dies muss nicht zwingend mit äußerlich sicht- und tastbaren Schwellungen einhergehen. Schlechte Stimmqualität kann durchaus auch auf Ödeme im Halsbereich zurückzuführen sein. Dadurch ergibt sich nicht nur bei augenfälligen Ödemen, sondern auch bei Sprech- und Schluckproblematiken die Indikation zur manuellen Lymphdrainage respektive einer komplexen physikalischen Entstauungstherapie. Wie eingangs schon erwähnt bestehen die Lymphgefäße aus glatter Muskulatur die zwar willentlich nicht, im Gegensatz zur Skelettmuskulatur, beeinflusst werden können aber dennoch auf äußere Reize reagieren. Durch die Lymphdrainage und die komplexe Entstauungstherapie werden der Lymphabfluss und die Tätigkeit des Systems angeregt, Stauungen werden schneller abgebaut und auf Dauer entstehen neue Gefäße und Leitungsbahnen. Dieser Prozess kann sich über Jahre erstrecken, wobei der Erfolg der Entstauung relativ rasch sicht- und fühlbar wird.

### 2. Behandlung bei Kopf-Hals-Betroffenheit

Im Groben baut sich die Behandlung eines Lymphödems immer gleich auf. In erster Linie muss der Abfluss der Lymphflüssigkeit gewährleistet sein. Wie oben beschrieben entsteht Lymphe in der Peripherie und zentralisiert sich. Faktoren, die den Lymphfluss beeinflussen sind die Atmung die einen Sog erzeugt, die Skelettmuskulatur die durch An- und Entspannung Druck auf die Lymphgefäße ausübt, die Eigenspannung der Lymphgefäße und der Druck des umliegenden Gewebes. Beim Aufbau der Behandlung sollten alle Komponenten, die für das funktionierende Lymphgefäßsystem relevant sind, Beachtung finden. Auf eine Atemtherapie wird von den meisten Praktikern, meist aus Zeitmangel, gerne verzichtet. In der Akutphase nach einem operativen Eingriff oder auch während einer Radio/Chemotherapie ist aber gerade durch eine adäquate (den Umständen angepasste) Atemtherapie eine Anregung des Lymphsystems möglich ohne schon direkt mit einer Drainage zu beginnen. Es gibt mittlerweile auf dem Markt geeignete Atemtherapiegeräte die auch für Halsatmer die Nasenstenose und Lippenbremse als Therapiemöglichkeit ersetzen können. Mit einer Bauch- Bauchtiefdrainage sollte aber auf jeden Fall begonnen werden, um das System anzuregen. Eine Regel in der physikalischen Medizin lautet: rege ich einen Teil des Systems zur Arbeit an, so rege ich auch alle anderen Teile an, nur nicht im gleichen Maß.

Dies zur Erläuterung, warum in der Peripherie begonnen werden sollte, um den Lymphabfluss anzuregen. Als Beispiel dient hierbei der verstopfte Abfluss in der heimischen Küche; ist der Syphon von Verstopfungen befreit, fließt das gestaute Wasser meist direkt ab. Nach der Vorbereitung durch die og Bauch/Bauchtiefdrainage kann mit der Behandlung der axillaren Region (Achsellymphgefäße) fortgefahren werden. Anschließend die subclaviculären Gefäße (über den Schlüsselbeinen). Erst danach die seitliche Halsregion, der submandibuläre Bereich (entlang des Unterkiefers) und schlussendlich das Gesicht. Auch kann es durchaus sinnvoll und nützlich sein eine Mundinnendrainage in Anspruch zu nehmen. Hier werden der harte, und vorsichtig wegen eines eventuell provozierten Brechreizes, der weiche Gaumen sowie entlang der Zahnreihen behandelt. Zur Unterstützung der erfolgten Behandlung und um die erhöhte Tätigkeit des Gefässsystems über längere Zeit aufrecht zu erhalten werden, z.B. Kompressionsbandagen und seit geraumer Zeit physikalische Tapeverbände angewandt. (Anfrage beim Therapeuten).

Die Behandlung sollte nicht weniger als 30 Minuten dauern, bei onkologischen Erkrankungen ist eine Behandlung von 60 Minuten nicht unüblich. Laut Heilmittelrichtlinie sind für die Erstverordnung 10, die Folgeverordnung ebenfalls 10 und eine Gesamtverordnungsmenge von 50 für den Regelfall vorgesehen. Darüber hinaus ist es momentan noch möglich, durch eine dementsprechende Verordnung des Arztes, auch außerhalb des Regelfalles weitere Therapieeinheiten verordnet zu bekommen. Diese „Verordnung außerhalb des Regelfalles“ wird allerdings momentan im gemeinsamen Bundesausschuss diskutiert und soll eventuell wegfallen

© Thomas Müller/Landesverband der Kehlkopfoperierten Rheinland-Pfalz e. V.