



LYMFÖDEM

VAD DU BEHÖVER VETA

Lymfödem är en kronisk svullnad som uppstår när lymfsystemet inte fungerar optimalt och inte kan dränera lymfvätska. Detta leder till att vätska ansamlas i vävnader, oftast i armar eller ben, men ibland även i andra delar av kroppen.

Orsaker till lymfödem

Det finns två huvudtyper

Primärt lymfödem: Beror på medfödda defekter i lymfsystemet. Kan uppstå vid födseln eller senare i livet.

Sekundärt lymfödem: Orsakas av skador på lymfsystemet, t.ex.:

- Kirurgiska ingrepp.
- Strålbehandling.
- Infektioner eller trauman.

Vanligt efter cancerbehandling där lymfkörtlar tagits bort eller skadats.

Vanliga symtom

- Svullnad i armar, ben eller andra områden.
- Tyngdkänsla och spänningar i det drabbade området.
- Nedsatt rörlighet.
- Återkommande infektioner.
- Förändringar i hudens textur, som förtjockning eller härdning.

Vattenmassage – Ett skonsamt stöd för lymfsystemet

Stimulerar lymfflödet: De rytmiska vattenstrålarna efterliknar teknikerna vid lymfmassage.

Hjälper lymfvätskan att cirkulera och dränera effektivare, vilket kan minska svullnad.

Minskar muskelspänningar: Värmen från vattnet och den mjuka massagen lindrar spänningar i musklerna runt det drabbade området. Ökad avslappning underlättar lymfsystemets arbete.

Fortsättning på sida 2...



LYMFÖDEM

VAD DU BEHÖVER VETA

Förbättrad blod- och lymfcirkulation: Kombinationen av värme och massage ökar blodcirkulationen och stöder lymfsystemets förmåga att transportera bort slaggprodukter och vätska.

Skonsamt för kroppen: Behandlingen är icke-invasiv och mjuk, vilket gör den lämplig även för känsliga områden eller personer med smärta.

Minskad inflammation: Den avslappnande effekten av massage och värme kan reducera inflammation, en vanlig följd av lymfödem.

Fördelar vid regelbunden användning

- Lindring av svullnad och tyngdkänsla.
- Förbättrad rörlighet i drabbade områden.
- Ökad känsla av välbefinnande och avslappning.

Vem kan använda vattenmassage?

Personer med lymfödem eller andra problem med lymfcirkulationen kan ha stor nytta av denna behandling. Den är också lämplig för förebyggande vård, särskilt för de med risk för svullnad eller stagnation i lymfsystemet.

