

# Prístrojová lymfodrenáž

Prístrojová lymfodrenáž je tlaková masáž, ktorú vykonáva lymfodrenážny prístroj. Je založená na prerušovanej kompresii končatín a vytváraní tlakovej vlny, ktorá podporuje krvný a lymfatický systém. Lymfatický systém zodpovedá za zber a odplavovanie odpadových látok z telesných tkanív a je významnou súčasťou imunitného systému. Táto osvedčená liečebná metóda sa využíva v rehabilitácii i v estetickej medicíne.

## Ako prebieha lymfodrenáž?

Súčasťou lymfodrenážneho prístroja sú špeciálne návleky na dolné končatiny, siahajúce až po brucho a na horné končatiny. Z návlekov vychádzajú hadičky, cez ktoré sa vháňa vzduch do komôr v návlekoch, čo vytvára tlakovú vlnu od končiek prstov smerom k srdcu. Potom tlak povieľí a opäť začína nová vlna. Týmto spôsobom sa rozprúdi krvný aj lymfatický obeh. Kolko ošetrení je potrebných na dosiahnutie optimálneho výsledku? Prístrojová lymfodrenáž trvá 45-60 minút, pričom sa odporúča aspoň 10 opakovaní.

## Aký je efekt a indikácie prístrojovej lymfodrenáže?

Táto osvedčená terapeutická metóda je určená na stimuláciu lymfatického, žilového a imunitného systému. Lymfodrenáž je vhodná ako prevencia vzniku varixov (krčových žil) u osôb so sedavou prácou alebo dlhodobo pracujúcich v stoji. Taktiež je vhodnou prevenciou žilových zápalov, urýchľuje regeneráciu po fyzickej záťaži, využíva sa v rehabilitácii po úrazoch a operáciách, zlepšuje prietok krvi tkanivom, napomáha odstraňovať napätie v končatinách a pocity únavy (syndróm unavených a ťažkých nôh). Zmierňuje prejavy pomarančovej kože - celulitidy, výrazne zlepšuje štruktúru a elasticitu pokožky, je vhodná pri cieľenom formovaní postavy. Celkovo detoxikuje a regeneruje organizmus. Stimuluje imunitný systém pri opakovaných vírusových a bakteriálnych ochoreniach.

## Kontraindikácie lymfodrenáže:

Prístrojová lymfodrenáž sa neodporúča v akútnom štádiu onkologických ochorení, pri opuchoch spôsobených ochorením srdca, pečene a obličiek, pri akútnom žilovom ochorení, glaukóme, malígnej hypertenzii, horúčke, akútnych vírusových a bakteriálnych ochoreniach, zvýšenej funkcii štítnej žľazy, pľúcnych ochoreniach, epilepsii, cievnej mozgovej príhode, kožných infekciách, poruchách látkovej výmeny a v tehotenstve.



**Vaša nová lekárska  
kozmetika  
v Nemocnici Poprad**

Navštívte nás v Ambulancii lekárskej kozmetiky  
v pavilóne Kožného stacionára na prizemí

Tel: 052/ 7125 832 0948 097 990 0948 097 991  
kozmetika@nemocnicapp.sk