



GESUND  
HEITS  
PRAXIS  
AARAU



Renate Boyd · Lymphtherapeutin

# Bei Problemen mit Ödemen hilft:

**Manuelle Lymphdrainage und komplexe  
physikalische Entstauungstherapie**



Mobile: 079 667 49 77 · [renate.boyd@hotmail.ch](mailto:renate.boyd@hotmail.ch) · [www.gesundheitspraxis-aarau.ch](http://www.gesundheitspraxis-aarau.ch)  
Gesundheitspraxis · Schanzweg 7 (3. Stock links) · 5000 Aarau





# Manuelle Lymphdrainage und komplexe physikalische Entstauungstherapie

Die Manuelle Lymphdrainage ist eine «Massage» mit sanften, rhythmischen Bewegungen.

Im **kranken Bereich** wirkt sie vor allem bei Schwellungen (Ödemen) und Stauungen durch die Tonussenkung der Muskulatur, örtliche Schmerzlinderung und Abtransport von Entzündungsfaktoren, zum Beispiel bei:

chronisch geschwellenen Beinen infolge Venenproblemen

Kopfschmerzen

HWS-Schleudertrauma

chronischer Polyarthritits

prämenstruellem Syndrom

Akne

geschwellenen Gelenken nach Verstauchungen, Bänderrissen und Quetschungen mit Blutergüssen (verkürzte Heilphase)

Nach operativem Eingriff und Entfernung von Lymphknoten im Rahmen einer Tumorbehandlung mit nachfolgendem Lymphödem ist die manuelle Lymphdrainage in Kombination mit Kompressionsbandagierung eine sehr effektive Therapie.

Im **gesunden Bereich** wirkt die Drainage durch Rhythmus und Feinheit beruhigend und entspannend auf das Nervensystem.

Nach **Ausdauer- und Leistungssport** angewendet beugt sie dem Muskelkater vor.

