

## Monipuolinen hoitomenetelmä

Alipaineella venytetään faskia- ja kudusrakenteita.

Aineenvaihdunta ja lymfakierto aktivoituvat.

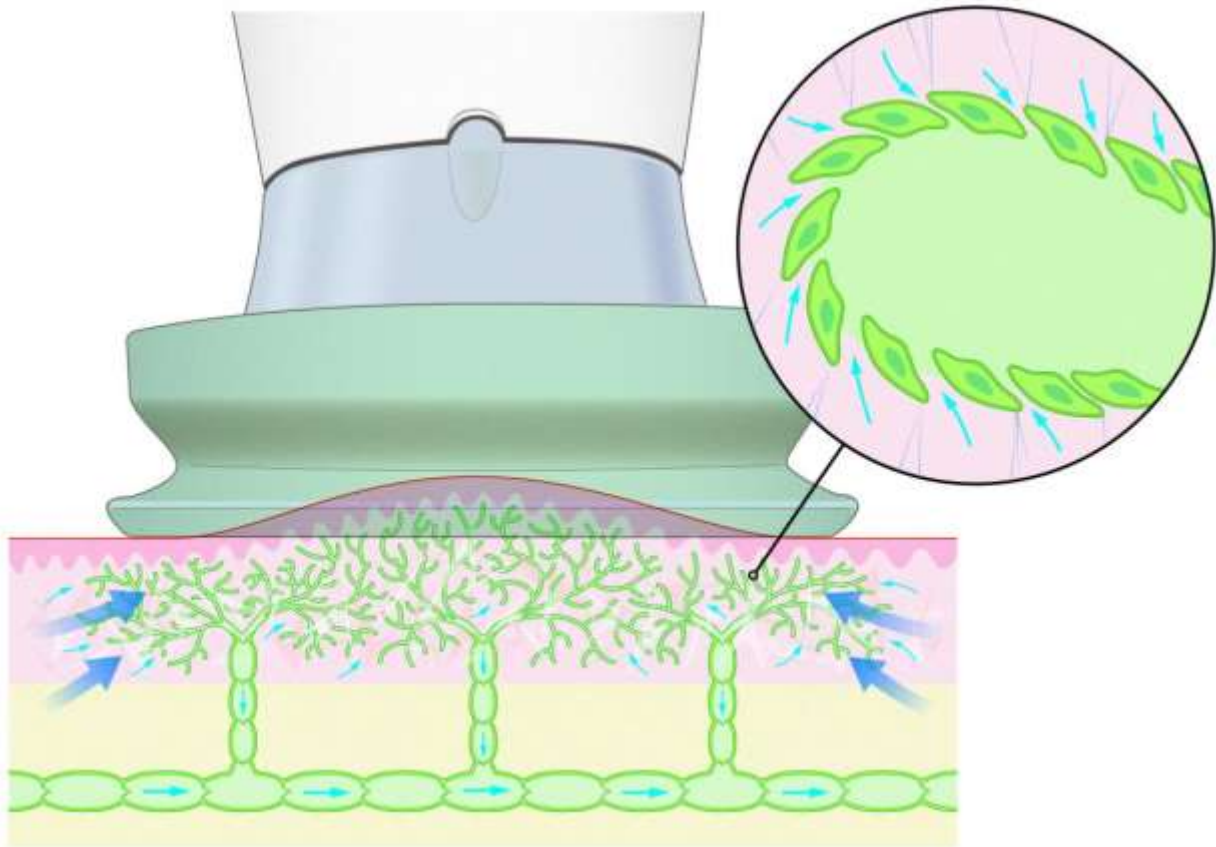
Hoidon tuloksena turvotus ja kipu vähenevät sekä liikelaajuus normalisoituu.



- **Nopea hoitotulos**
- **Miellyttävä hoitomenetelmä**
- **Vaikuttaa positiivisesti elämänlaatuun**

## Hoitoaiheet;

- **post traumaattiset ja postoperatiiviset turvotukset**
- **pitkälle edennyt laskimovajaatoiminta ja laskimoperäinen**
- **säärihaava**
- **lipödeeman eri muodot**
- **tulehdukselliset reumasairaudet, etenkin tulehdusvaiheen aikana**
- **neuraalikudoksen ärsytystilat, faskiakäsittelyt**
- **ihotaudit, kuten akne, rosacean ja krooniset ihottumat**
- **syövän jälkitilojen hoidot**
- **kudoksia uudistava hoito, esim. leikkausarvet, säärihaavat**
- **tapaturman jälkeiset verenpurkaukset, nyrjähdykset,**
- **lihastrepeytymät, nivelten sijoiltaan menot, luunmurtumat, palovammat, mustelmat**
- **lihashuolto**



## LYMPHATOUCH HOITOMENETELMÄ

LymphaTouch -hoito on Suomessa kehitetty lääkinällinen, alipaineeseen perustuva hoitomenetelmä. LymphaTouch -hoitomenetelmä on hoitoja tehostava ja monipuolistava vaihtoehto sekä uusi ulottuvuus jalkaterapian moniin jo tiedossa oleviin eri osa-alueisiin sekä mahdollisuus uusiin haasteisiin. Hoitomenetelmä aktivoi mm. lymfajärjestelmää, venyttää kudoksen eri kerroksia mahdollistaen faskiakäsittelyt, lihaksia rentouttavan hoidon ja kivun vähenemisen. Hoito aktivoi aineenvaihduntaa nopeuttaen haitallisten partikkeleiden poistumista elimistöstä. LymphaTouch -hoidon tulokset ovat mitattavissa välittömästi hoidon jälkeen potilaan kiputunteuksia kartoittavalla VAS-asteikolla sekä ympäräsmittojen ja liikelaajuuksien mittaamisella.

Lymfajärjestelmän eli Imusuoniston tärkein tehtävä on pitää soluvälitilan kolloidiosmoottinen paine matalana kuljettamalla kapillaareista poistuneet plasmaproteiinit pois soluvälitilasta. Proteiinien poistaminen ja inflamaation vähentäminen mahdollisimman aikaisessa vaiheessa pienentää riskiä eri kohde-elimien haitallisista kerrannaisvaikutuksista ja komplikaatioista. Imusuonisto kuljettaa myös soluvälitilaan jäänyttä nestekuormaa sekä sille kuuluvaa solukuormaa (kuolleiden solujen jäänteet, tulehdussolut, bakteerit, ylimääräinen rasva jne).



## Lymfakierto järjestelmä

Ennen palautumistaan laskimokiertoon solukuormaa kuljettava imuneste virtaa imusolmukkeiden läpi. Imusolmukkeet ovat pieniä pavunmuotoisia elimiä, jotka huolehtivat elimistön immuunipuolustusjärjestelmästä erikoistumalla torjumaan haitallisia partikkeleita hyvin spesifistikin. Imusolmukkeiden koko vaihtelee, ne ovat halkaisijaltaan 1-25 mm ja niitä esiintyy kaikkialla elimistössä, erityisen paljon kaulan, nivusten, kainaloiden ja suoliston alueella.

LymphaTouch -hoidolla aktivoidaan imusuoniston pintakapillaariverkostoa venyttäen ankkurisäikeiden avulla endoteeliaukkoja, jolloin lisätään lymfakuorman virtausta. LymphaTouchin avulla ankkurisäikeiden venytys tapahtuu sekä horisontaalisesti että vertikaalisesti, jolloin mahdollistetaan myös isokokoisten partikkeleiden, kuten haitallisten proteiinien poiskuljettaminen. LymphaTouch -hoidolla voidaan käsitellä myös lymfaödeemapotilaan ja pitkäaikaisen turvotuksen aiheuttamaa fibroottista kudosta.

## Turvotus

Turvotus saattaa johtua monista eri tekijöistä. Lääkärin tulee aina tutkia äkillinen tai yllättäen ilmaantunut turvotus. LymphaTouch -hoidolla voidaan hoitaa hyvin tuloksin nopeasti ja tehokkaasti lähes kaikenlaista proteiinirikasta turvotusta, jota esiintyy vammojen, urheiluvammojen, leikkausten, imusolmukkeiden poiston jälkeen tai eri syistä johtuvien imusuoniston vaurioiden yhteydessä. Lymfa- ja lipödeemapotilaiden hoidon toteuttaa yleensä koulutettu lymfaterapeutti.

Turvotus tulee hoitaa jo varhaisessa vaiheessa, jotta fibroottisen sidekudosmuodostelman kehittyminen voitaisiin estää mahdollisimman tehokkaasti. Turvotus sisältää proteiinia ja tulehdustekijöitä, jotka yhdessä heikentävät kudoksen aineenvaihduntaa, aiheuttaen kompressiokipua ja liikerajoitteisuutta. Kudoksen aineenvaihdunta ja hapetus hidastuu turvotuksen vuoksi. Hoitamalla turvotus pois mahdollisimman pian, voidaan vähentää haitallisen fibroottisen kudoksen pysyvää muodostumista ja turvotuksesta aiheutuvia komplikaatioita sekä paranemisen pitkittymistä.

LymphaTouch -hoitomenetelmällä aktivoidaan tehokkaasti lymfajärjestelmää, jonka tehtävänä on kuljettaa elimistön ylimääräinen nestekuorma, rasva, virukset, bakteerit, sienet, kuolleet solut ja muut aineenvaihdunnan jäämät imusuoniston kautta pois kehosta. Imusuoniston tehtävänä on huolehtia myös elimistön immuunipuolustusjärjestelmästä, jolloin imusolmukkeissa olevat valkosolut, leukosyytit ja lymfosyytit, huolehtivat elimistölle haitallisten tekijöiden eliminoimisesta.

## Kipu

Kipu voi johtua monista eri syistä. Äkillisen ja yllättävän kivun yhteydessä, tai kivun jatkuessa pitkään, on hyvä olla yhteydessä lääkäriin. Vammojen tai leikkausten jälkeistä turvotusta ja siitä johtuvaa kompressiokipua voidaan helpottaa aktivoimalla lymfajärjestelmän toimintaa. Tällöin elimistöstä saadaan pois haitallisia tulehdustekijöitä ja nestettä keräävää proteiinia. Mustelmista johtuva kipu tai ns. puujalka voidaan hoitaa tehokkaasti, kunhan LymphaTouch -hoitoon hakeudutaan 48 tunnin sisällä vamman aiheutumisesta. Akuutti hoito mahdollistaa parhaat hoitotulokset.

LymphaTouch -hoitomenetelmällä voidaan hoitaa monia erilaisia kiputiloja. Neuropattisen kivun hoitamisessa, MS-potilaiden hoidossa ja esimerkiksi fibromyalgiapotilailla on saatu hyviä hoitotuloksia kivun lievittämisessä. Selkädynvammapotilaiden hoidossa on saavutettu kipu- ja jännitystilojen merkittävää vähenemistä. Pitkään jatkunutta kipua, kuten selän kiputilat, tenniskyynärpää, rannekanavaoireyhtymä, polvivaivat, nivel- ja jännevammat, voidaan hoitaa paikallisesti tai käsittelemällä kehon faskiarakenteita ja triggerpisteitä.

## Ennaltaehkäisy

Lihaskänsityksen hoitamisella ja faskiakäsittelyllä tehostetaan elimistön palautumista ja tuetaan kudoksen aineenvaihduntaa. Liikelaajuuden ja mobilisaation lisääntyminen tukee hoidettavan alueen mahdollisimman hyvää aineenvaihduntaa, palautumista ja valmiutta vastaanottaa maksimaalista suoritusta tai rasitusta.

LymphaTouch -hoidolla voidaan ennaltaehkäistä rasitusvammoja käsittelemällä rasitukselle alttiit kehonosat ennen liikuntasuoritusta ja välittömästi suorituksen jälkeen. Nivelten tulehdustilaa voidaan vähentää LymphaTouch -hoidolla ja siten hidastaa reumatulehduksen tai nivelrikon aiheuttamia eteneviä vaurioita. Myös puutteellisen aineenvaihdunnan vuoksi etenevää osteoporoosia voidaan hidastaa ja samalla vähentää jännittyneen kudoksen kiputiloja.

## Kontraindikaatiot

LymphaTouch -hoidon kontraindikaatiot

- akuutti infektio (esim. ruusu)
- tuore laskimotukos
- sydämen vajaatoiminnasta johtuva kardiaalioedeema
- pahanlaatuiset kasvaimet, joiden hoito on kesken.
- yli 60-vuotiaiden potilaiden kaulan alueen hoidossa tulee noudattaa varovaisuutta.

Tässä mainittavien kontraindikaatioiden lisäksi tulee huomioida hoidettavan yleinen terveydentila sekä jalkaterapian muut kontraindikaatiot.