

## BEHANDELBARE KLACHTEN

De Manuele Lymfdrainage volgens de methode Vodder is toepasbaar bij zeer veel klachten, al dan niet in combinatie met andere therapievormen:

- Oedemen (zwellingen), zowel zichtbare als niet-zichtbare:
  - lymfoedeem (bv na oncologische ingrepen bij of ter voorkoming van een 'dikke' arm na borstamputatie of 'dikke' benen na baarmoeder- of prostaatoperatie ...)
  - oedeem na een trauma (distorsie, fractuur, haematomen/bloeduitstortingen bv bij haemofilie)
  - na een operatieve ingreep
  - veneus oedeem
- Spierpijnen en spierletsels: ontstekingsreacties van pezen, contusies (kneuzingen) ...
- Dystrofieën: Sudecksyndroom (algometia) ...
- Auto-immunziekten:
  - reuma, fibromyalgie, multiple sclerose, ziekte van Crohn, syndroom van Guillain-Barre ...
- Gewrichtsklachten: artrose, traumata van ligamenten, gewrichtskapsels, na arthroscopie ...
- Klachten van het zenuwstelsel: gezichtsverlamming, migraine, trigeminusneuralgie ...
- Stressgerelateerde klachten: slapeloosheid, hoofdpijn, concentratieverlies, verstoring van de darmfunctie (constipatie, chronische diarree ...), verteringsproblemen ('mzag klachten') ...
- Keel-, neus- en ooraandoeningen:
  - sinusklachten, tinnitus aureum (oorsuizen), kaakproblematiek, parodontose, ziekte van Menière ...
- Huidproblemen: chronisch eczeem, acné, littekens, fibroses, gevolgen van erysipelas (wondroos) ...
- Ademhalingsproblemen: hyperventilatie, chronische bronchitis, longemfyseem, astma (niet tijdens een acute aanval) ...



VIRGINIA COOL SCHOOL

- Bloedcirculatiestoornissen: glaucoom, claudicatio intermittens (etelagebenen), ulcus cruris (open been), haemorroïden (aambeien), veneuze insufficiëntie (spaladers/varices) ...
- Orgaanstoornissen: de lever, de nieren (allergieën, aanleg tot infecties ...), de darmen (chronische appendixklachten, verteringsproblemen, 'spasisch colonsyndroom' ...), de hypofyse (hormonaalgerelateerde problematiek bv pijnlijke menstruatie, vruchtbaarheidsproblemen, premenstrueel syndroom: PMS ...)

## VERENIGING MANUELE LYMFDRAINAGE AD MODUM VODDER



[www.mldv.be](http://www.mldv.be) [www.mldv.nl](http://www.mldv.nl)

Aangeboden door:

### FYSIOTHERAPIE EN FYSIO FITNESS BELFELD



J.P. Jansen & P.A.H.M. Stammen  
Kins Hendrikstraat 25, 5951 EN Belfeld  
(0) 077-4751505, (e) [info@fysiofitnessbelfeld.nl](mailto:info@fysiofitnessbelfeld.nl)  
[www.fysiofitnessbelfeld.nl](http://www.fysiofitnessbelfeld.nl)  
IBR code: 005002



VIRGINIA COOL SCHOOL



## MANUELE LYMFDRAINAGE

### AD MODUM

### VODDER



VIRGINIA COOL SCHOOL

## ALGEMEEN

Het menselijk lichaam bestaat voor 2/3 deel uit vocht.

Dit vocht bevindt zich in en rondom alle lichaamscellen, de bloedbanen, lymfbanen en de hersenbanen. Zeer veel processen verlopen via dit lichaamsvocht; onder meer het vervoer van zenuwpraktoren, hormonen of schadelijke stoffen (bacteriën, zware metalen, vrije radicalen...) en het **uitwisselen** van stoffen (bouw- en afbraakstoffen...) of van gassen (zuurstof, koolzuurgas...).

Deze processen via het lichaamsvocht noemen we de **waterhuishouding**.

Het lichaam is in een optimaal evenwicht als de waterhuishouding in een optimale conditie verkeert.

Het lymfstelsel (lymfvaten en lymfknoopen) speelt, samen met de bloedsomloop, een belangrijke rol bij het scheppen en onderhouden van de ideale leefomgeving voor onze lichaamscellen. Het is voornamelijk de lymfe die hierin een voedende, zuiverende en drainerende rol vervult.

Lymfdrainage is dus een normale, natuurlijke functie in ons lichaam, die echter bemoeilijkt kan worden door een congenitale (aangeboren) problematiek, maar ook als gevolg van een ongeval, ziekte of stress.

In dit geval kan de drainage van de lymfe manueel geoptimaliseerd worden.

## DE METHODE VODDER

De Manuele Lymfdrainage volgens Vodder is een massagevorm, die er op gericht is de kwaliteit van het intern watermilieu te verzekeren en dit in functie van een goede celregeneratie.

Dit is mogelijk door de stimulatie van de werking van de venen en het lymfstelsel, een stimulatie die nodig is om het teveel aan vocht (zichtbaar en onzichtbaar oedeem) efficiënter via deze afvoerwegen af te voeren.

In 1932 ontwikkelde Dr. Emil Vodder, een Deens bioloog, samen met zijn echtgenote, een voor die tijd revolutionaire therapie.

**Sinds 1974 wordt de MLDV in België en Nederland verspreid door de Virginia Cool School (officieel opgericht door Emil Vodder).**

## DE MANUELE LYMFDRAINAGE volgens de methode VODDER

Het bijzondere aan de therapie van Dr. Vodder is, dat die niet alleen gericht is op een drainerende werking van het lymfstelsel, maar vooral op de voedende en zuiverende werking van al het lichaamsvocht. Het is een holistische behandeling waarbij de mens in zijn geheel telt.

De MLDV is een zachte massagevorm, toepasbaar op het gehele lichaam.

De MLDV heeft als doel de vochtdoorstroming te stimuleren en eventuele stagnaties op te heffen, de immuniteit (weerstand) te verhogen, de stress te verlagen en het hormonale stelsel te optimaliseren.

De waterhuishouding wordt direct beïnvloed door de stimulatie van het lymfstelsel en indirect door het dempen van het verhoogde stressniveau in het lichaam.

## HOE GAAT HET IN Z'N WERK

Bij de Manuele Lymfdrainage volgens de methode Vodder wordt ritmisch een heel zachte, spiraalvormige tractie uitgeoefend op de lymfklieren en lymfbanen, met gelijktijdig een aangepaste druk op de venen (rekening houdend met de toestand van de venen). De richting wordt bepaald door de stroomrichting in de venen en de lymfvaten. Heel belangrijk daarbij is het ritme van deze 'handgreep'. Dat ritme moet namelijk exact overeenkomen met het openen en sluiten van de kleppen in de lymfbanen en in de haarvaatjes, want alleen dan kan al het 'overtollig' lichaamsvocht goed worden afgevoerd.

De behandeling, waarbij de patiënt meestal ligt, vindt plaats in een uiterst ontspannen sfeer. Om dit laatste te bereiken wordt verzocht tijdens de behandeling niet te praten. De duur van deze pijnloze behandeling wordt individueel opgebouwd, afhankelijk van de klacht en de algemene toestand van de patiënt. Pas als de patiënt het effect van enkele behandelingen zelf ervaren heeft, wordt hem uitleg verstrekt over de waterhuishouding in het lichaam en de specifieke rol van de MLDV.

De behandeling begint bij de lymfklieren in de hals (de basis) gevolgd door, afhankelijk van de klacht, de lymfklieren in de buikstreek, de oksels, de liezen, het gelaat. Heeft de patiënt buiten deze gebieden klachten, dan zal daarop een specifieke behandeling op volgen.

**De behandeling door een Voddertherapeut bestaat uit:**

- Manuele Lymfdrainage Vodder en kan aangevuld worden met:
  - lymfdrainage
  - aangepaste oefentherapie / mobilisaties
  - compressietherapie in de vorm van bandageren / zwachtelen.

