

DRAINAGE LYMPHATIQUE MANUEL

DÉFINITION

Le drainage lymphatique manuel est un massage **lent, rythmé, précis** et très **doux**. Le Dr Emil Vodder est à l'origine de la technique originale mise au point en 1932. Son académie poursuit les recherches et l'enseignement de sa technique originale. Son protocole unique favorise un meilleur fonctionnement du système lymphatique. La lymphe est chargée, entre autres, du transport des protéines et des lipides, de la protection immunologique et de la prévention des oedèmes.

INDICATIONS

Le drainage lymphatique manuel aura des effets bénéfiques dans les cas suivants:

- hématomes, oedèmes, tuméfactions
- inflammations sans fièvre (tendinite, périostite, etc)
- plâtres, pour éviter l'atrophie musculaire et réduire l'enflure (après 24h)
- insuffisance rénale
- post-chirurgie (après 48h)
- hypertension
- goutte
- femme enceinte
- sportifs (bodybuilding ++)
- migraines
- problèmes articulaires
- neuropathies



Il est clairement entendu que la massothérapie ne remplace en aucun cas l'action thérapeutique de la kinésithérapie.

BIENFAITS DU DLM VODDER

Le DLMV vise principalement à augmenter le débit lymphatique à son maximum, permettant de drainer les surplus de liquide interstitiel (souvent autour des chevilles). Le DLMV inhibe également la perception de la douleur (effet anti-douleur). Il induit aussi un véritable effet calmant par l'activation du S.N.A. parasympathique, il purifie le milieu cellulaire et favorise une meilleure santé globale du corps. Des recherches sont en cours pour démontrer qu'il renforce le système immunitaire.

CONTRE-INDICATIONS

Les sujets présentant les symptômes suivants ne devraient pas recevoir de DLMV

- Inflammation aiguë avec fièvre / - cancer / - tumeur active
- Thrombose / - phlébite / - embolie / - insuffisance cardiaque