

# Kursbegleiter -Start-

## Manuelle Lymphdrainage und Physikalische Ödemtherapie

**Ödemzentrum**  
Feldberg / St. Blasien

Lehrinstitut für  
Manuelle Lymphdrainage  
und Physikalische Ödemtherapie

©1999

Wir stehen Ihnen bei Rückfragen gerne Mo.- bis Fr. unter  
07654 – 808434 in der Zeit von 8.00 – 13.00 Uhr  
und 14.00 – 17.00 Uhr zur Verfügung.

## Die Entwicklung der Ödemtherapie nach Dr. Asdonk



Über Jahrzehnte war die Ausbildung zum **Lymphdrainage- und Ödemtherapeuten** mit dem Namen von Dr. Asdonk verbunden. Dieser hat die **Manuelle Lymphdrainage- und Ödemtherapie** in Zusammenarbeit mit seiner Frau und Professor Kuhnke weiterentwickelt und zur Kassenanerkennung geführt. Darüber hinaus gründete er **die weltweit erste Fachklinik für die Behandlung von Ödemkrankheiten**.

Vor ca. 30 Jahren eröffnete er das erste Lehrinstitut für die Ausbildung von **Lymphdrainage- und Ödemtherapeuten** in Deutschland. Nach schwierigen Anfangsjahren hatte die Arbeit von Dr. Asdonk und seinen Mitarbeitern den erhofften Erfolg. Heute ist diese Therapieform aus dem therapeutischen Angebot der physikalischen Maßnahmen nicht mehr wegzudenken.

### **Das ist uns wichtig !**

Die Referenten dieser Schule, Ärzte und Fachlehrer, haben die Arbeit von Dr. Asdonk z.T. seit knapp 20 Jahren begleitet und fühlen sich seinem Lebenswerk verpflichtet. An diesem Institut besteht noch immer die enge Verbindung zwischen Klinik und Schule, worauf Dr. Asdonk stets großen Wert legte, um den Kursteilnehmern immer das aktuellste Wissen vermitteln zu können.

Der fachliche Leiter des **Ödemzentrums** hatte über viele Jahre die Gesamtleitung aller

Die Anerkennung der guten Ausbildung an der Asdonk-Schule zeigte sich auch darin, daß weitere Schulen in ganz Deutschland eröffnet wurden. Die Zentrale, das Herz aller Asdonk-Schulen, blieb über all die Jahre die Asdonk-Schule in Feldberg-Falkau. Am 01.09.1999 ging die Asdonk-Schule in Feldberg-Falkau in das **Ödemzentrum Feldberg/St.Blasien** über.

Asdonk-Schulen als auch physiotherapeutische Leitung in der Feldbergklinik.

Die Erfahrungen aus dem klinischen Alltag bilden die Basis für die Unterrichtsinhalte unserer Lehrgänge.

## Inhaltsverzeichnis

### Teil 1 Basiskurs

Blutkreislauf / Lymphgefäßsystem.....	Seite - 1
Einteilung der Lymphgefäße .....	Seite - 2
Hauptlymphstämme/ Lymphknoten im Terminusbereich .....	Seite - 3
Lymphknoten der Hals- und Kopfregion.....	Seite - 4
Lymphdrainage der Haut.....	Seite - 5
Lymphpatische Verbindungen zwischen angrenzenden Lymphterritorien .....	Seite - 6
Lymphterritorien/ Lymphgefäße der oberen Extremität .....	Seite - 7
Lymphterritorien/ Lymphgefäße der unteren Extremität .....	Seite - 8
Schema der Lymphdrainage der Rumpfwand .....	Seite - 9
Lymphknoten.....	Seite - 10

### Griffreihenfolgen in Kurzform

Beinbehandlung von vorne/hinten.....	Seite - 11
Rückenbehandlung, Lendenbehandlung.....	Seite - 12
Nacken-, Hals-, Brustkorbbehandlung ventral.....	Seite - 13
Arm-,Gesichtsbehandlung .....	Seite - 14
Bauchbehandlung, Schultersteifgriffe.....	Seite - 15

### Griffreihenfolgen mit Kommentarmöglichkeit

Beinbehandlung von vorne.....	Seite - 16
Beinbehandlung von hinten .....	Seite - 19
Rückenbehandlung .....	Seite - 21
Lendenbehandlung .....	Seite - 23
Nackenbehandlung .....	Seite - 25
Halsbehandlung .....	Seite - 27
Brustkorbbehandlung von ventral .....	Seite - 28
Armbehandlung.....	Seite - 29
Gesichtsbehandlung.....	Seite - 32
Bauchbehandlung.....	Seite - 34
Schultersteifgriffe .....	Seite - 36

### Teil 2 Therapiekurs

Ödemgriffe .....	Seite - 39
Armlymphödem nach einseitiger Mastektomie mit Axillarrevision .....	Seite - 44
Armlymphödem nach einseitiger Mastektomie mit Axillarrevision und Schultersteife.....	Seite - 51
Armlymphödem nach beidseitiger Mastektomie mit Axillarrevision.....	Seite - 53
Armlymphödem nach beidseitiger Mastektomie mit Axillarrevision und Schultersteife.....	Seite - 60
Schultersteifebehandlung .....	Seite - 62
Sekundäres Beinlymphödem.....	Seite - 63
Primäres Beinlymphödem.....	Seite - 68
Phlebödem der Beine.....	Seite - 69
Lipödem der unteren Extremitäten.....	Seite - 71

Idiopathisches Ödem (Schwerpunkt untere Extremitäten) .....	Seite - 72
Hüftsteifegriffe / LWS - Syndrom / Ischialgie .....	Seite - 73
M. Sudeck nach Tibiafraktur .....	Seite - 74
BWS - Syndrom.....	Seite - 75
Kopfschmerz nach Cervikal - Syndrom.....	Seite - 76
Haematom an der oberen Extremität .....	Seite - 77
Haematom an der unteren Extremität .....	Seite - 78

### **Teil 3 Bandage**

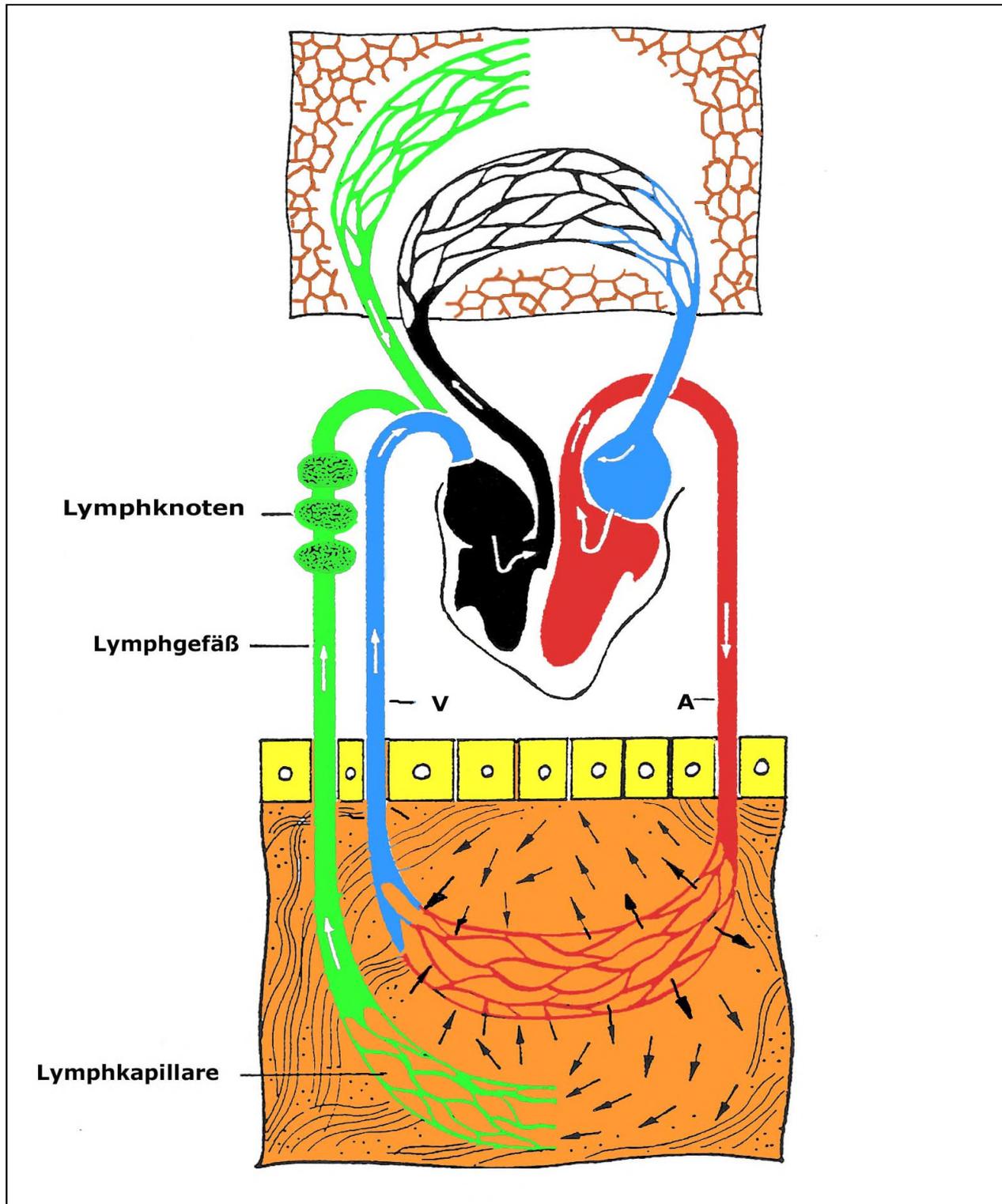
Kurzbeschreibung Bandageaufbau .....	Seite - 79
Beschreibung der Armbandage .....	Seite - 80
Beschreibung der Beinbandage.....	Seite - 83

### **Teil 4 Vorbereitung**

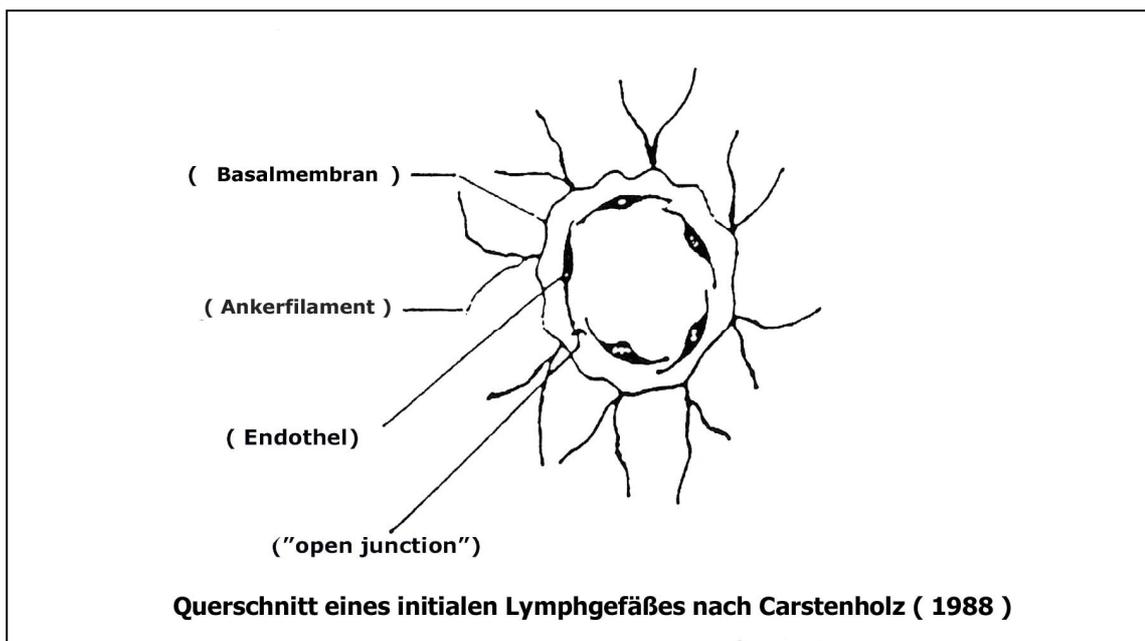
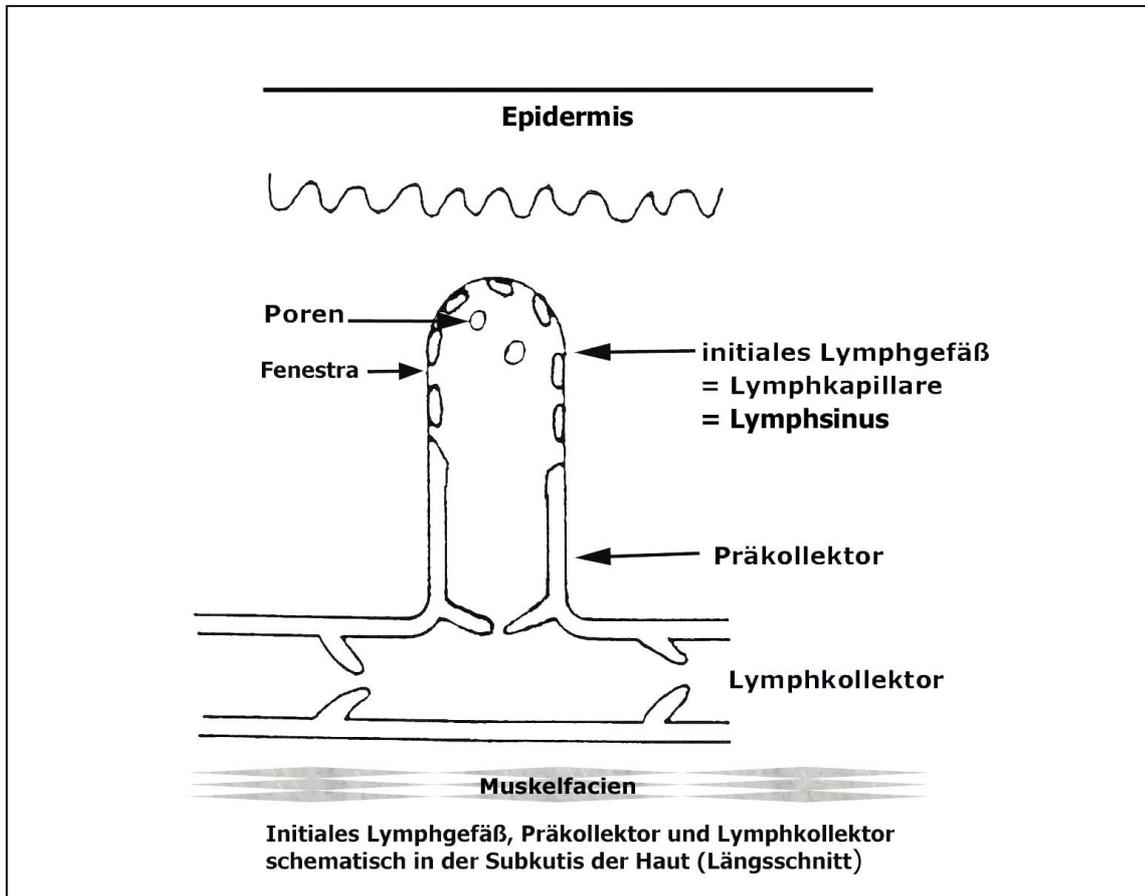
Fragen zur Vorbereitung auf die ärztliche Prüfung.....	Seite - 99
--------------------------------------------------------	------------

# Basiskurs

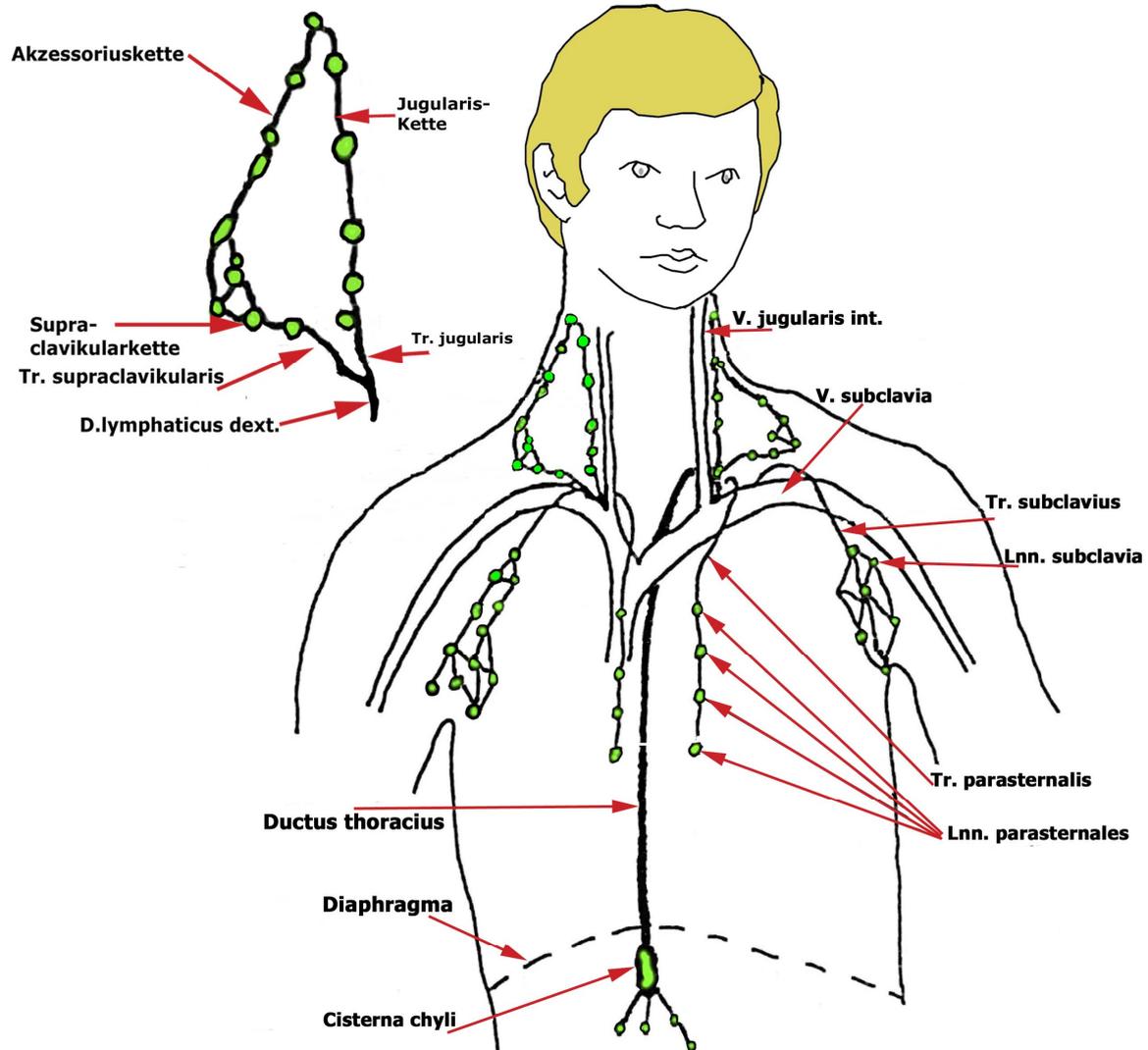
**Blutkreislauf und Lymphgefäßsystem,  
 Filtration, Reabsorption, Diffusion, Lymphbildung und Lymphabfluss**



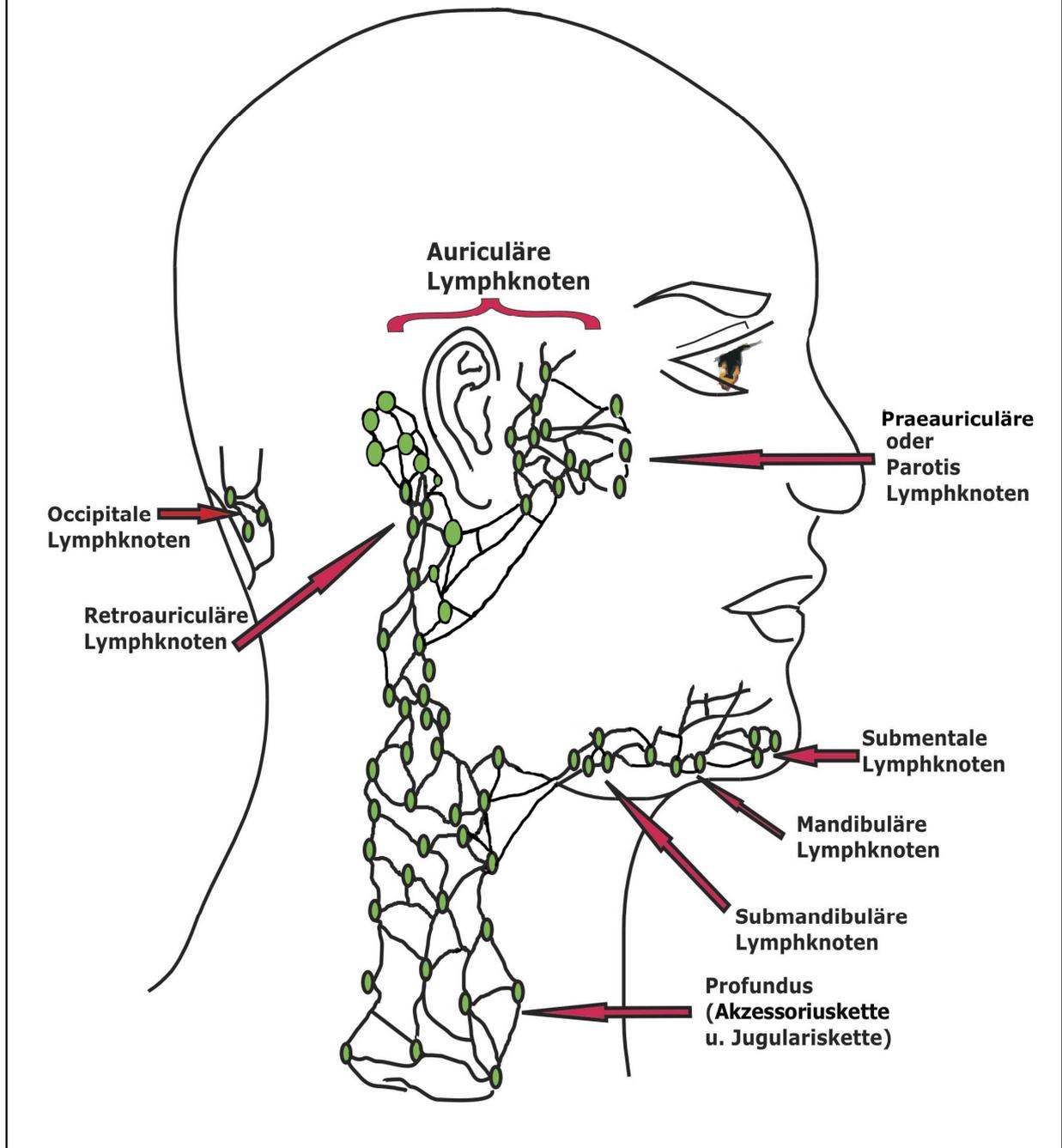
## Einteilung der Lymphgefäße

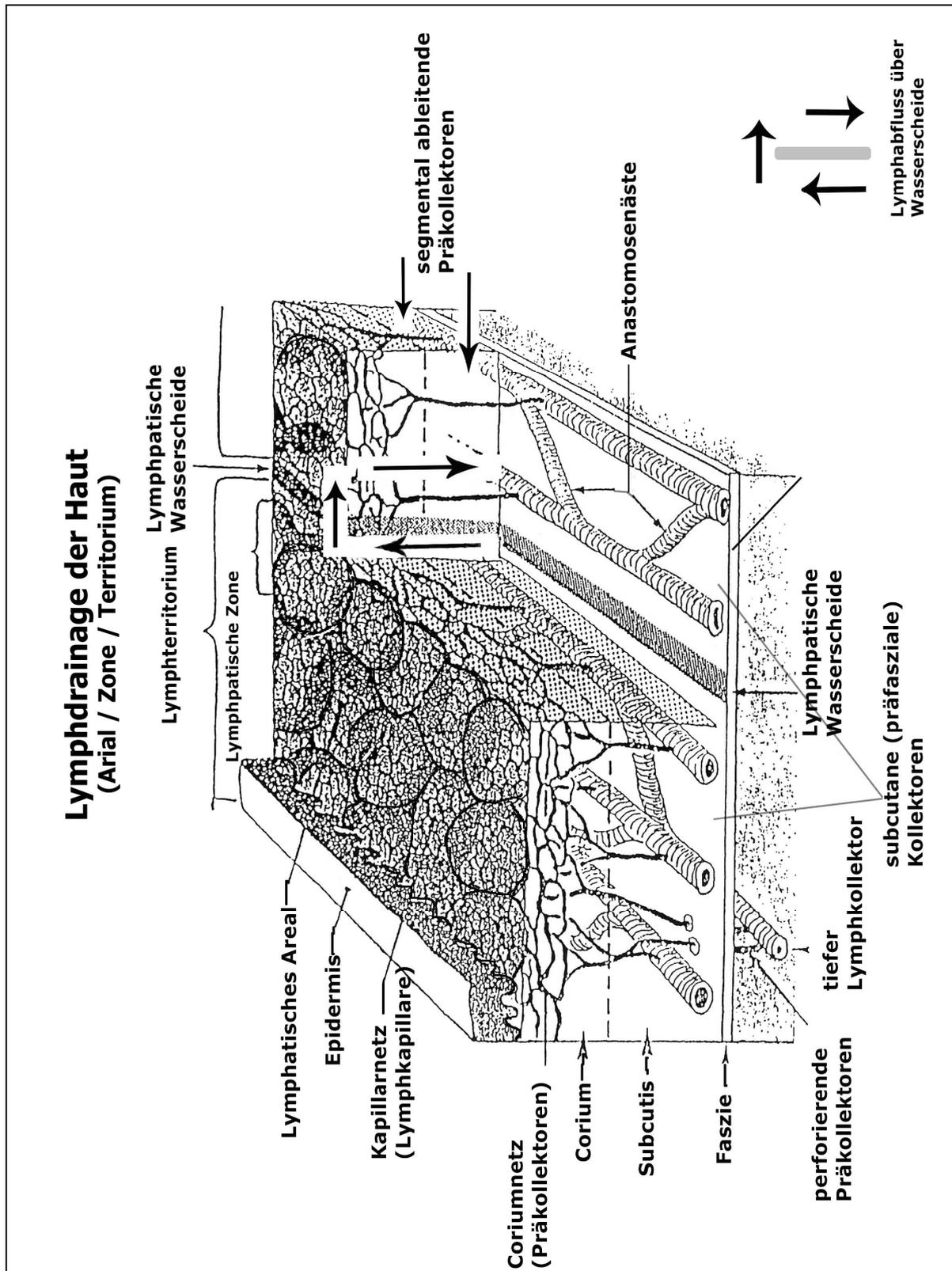


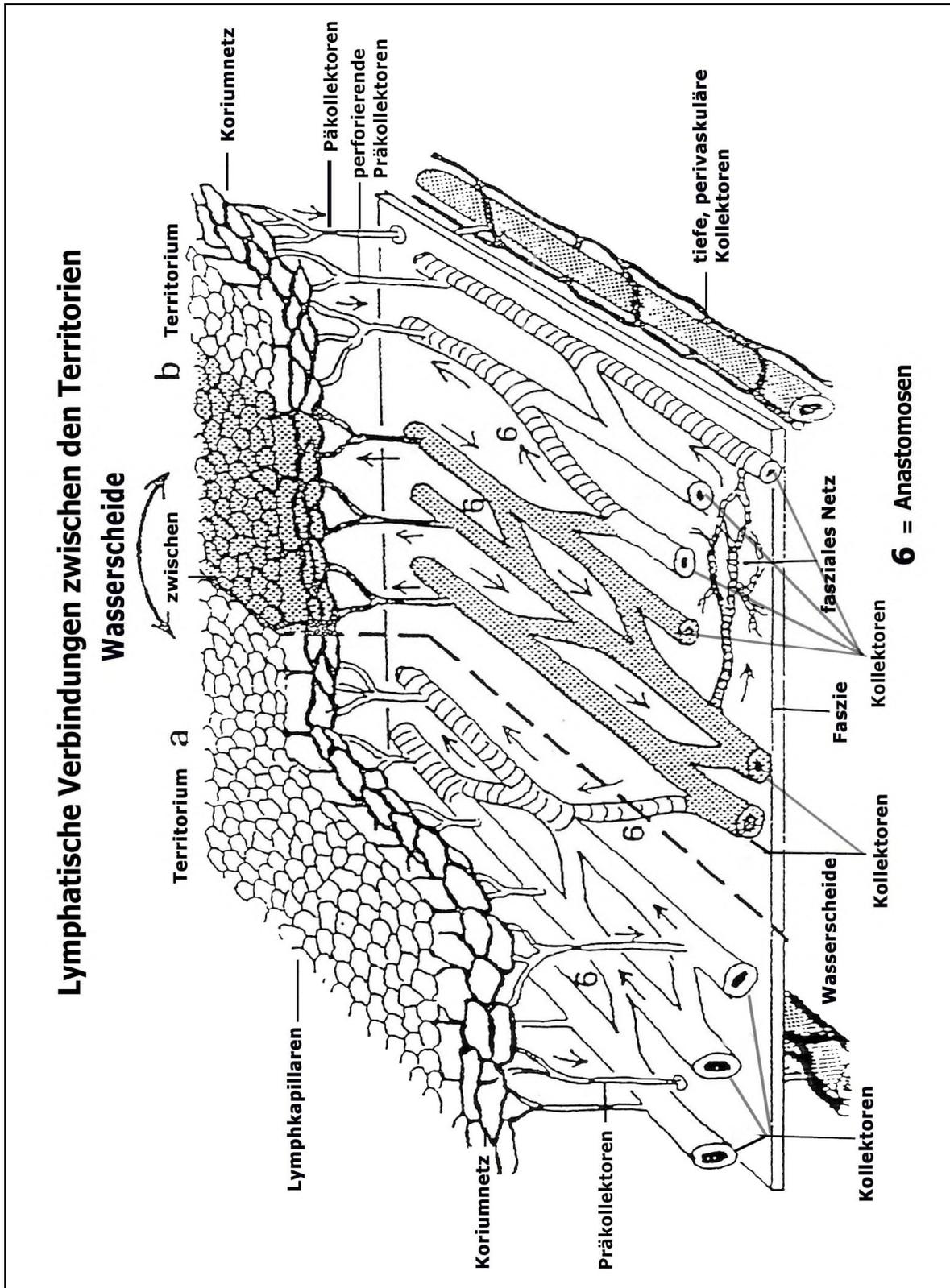
## Hauptlymphstämme / Lymphknoten mit Terminusbezug



## Lymphknoten der Kopf- und Halsregion

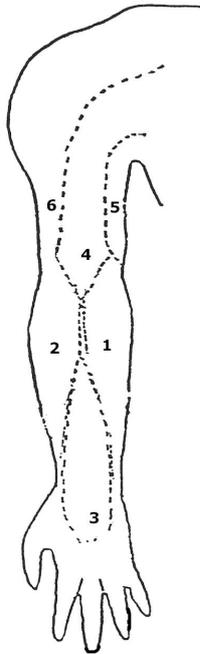




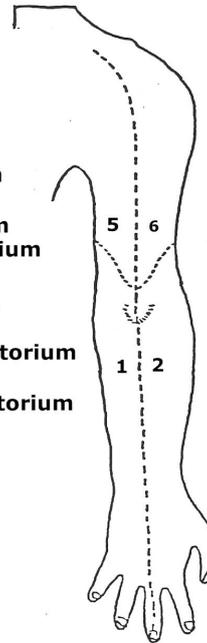


## Lymphterritorien der oberen Extremität

Ventralansicht



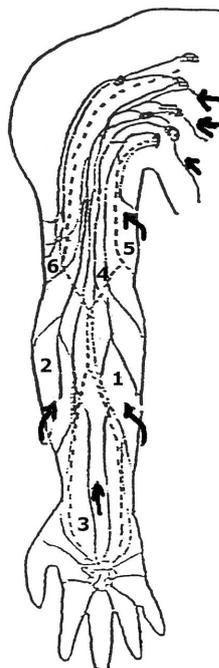
Dorsalansicht



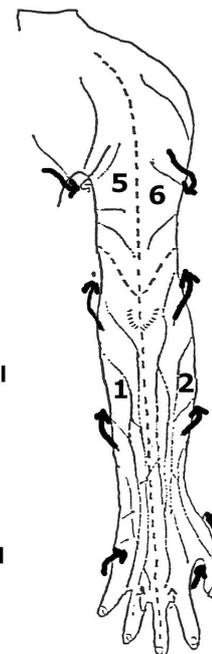
1. Ulnares Unterarmterritorium
2. Radiales Unterarmterritorium
3. Mediales Unterarmterritorium  
= medianes Unterarmterritorium
4. Mediales Oberarmterritorium
5. Dorso-mediales Oberarmterritorium
6. Dorso-laterales Oberarmterritorium

## Lymphgefäße der oberen Extremität

Ventralansicht



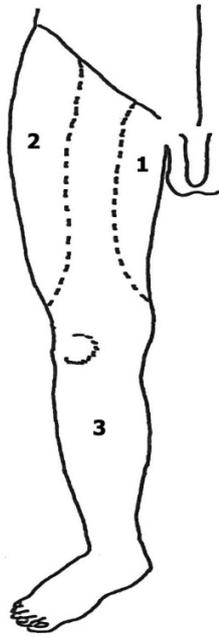
Dorsalansicht



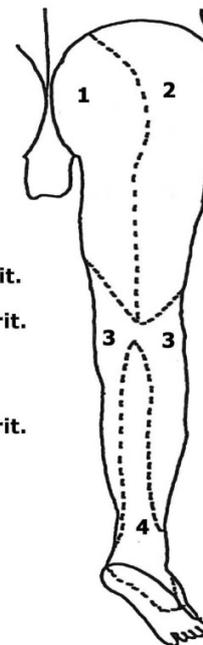
1. Ulnares Lymphgefäßbündel
2. Radiales Lymphgefäßbündel
3. Mediales Unterarmbündel  
= medianes Unterarmbündel
4. Mediales Oberarmbündel  
= basiläres Lymphgefäßbündel
5. Große Sammelgefäße, die  
parallel zum medialen Ober-  
armbündel verlaufen
6. Laterales Oberarmbündel  
= cephalas Lymphgefäßbündel

## Lymphterritorien der unteren Extremität

**Ventralansicht**



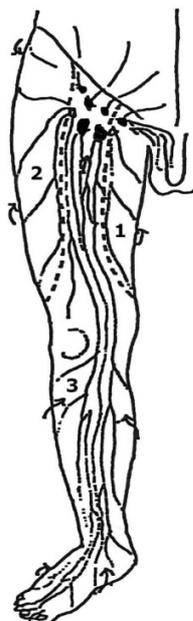
**Dorsalansicht**



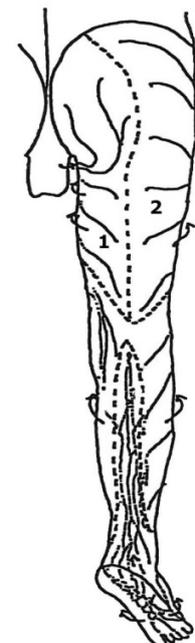
1. dorso-mediales Oberschenkelterrit.
2. dorso-laterales Oberschenkelterrit.
3. Territorium des ventro-medialen Lymphgefäßbündels
4. dorso-laterales Unterschenkelterrit.

## Lymphgefäße der unteren Extremität

**Ventralansicht**



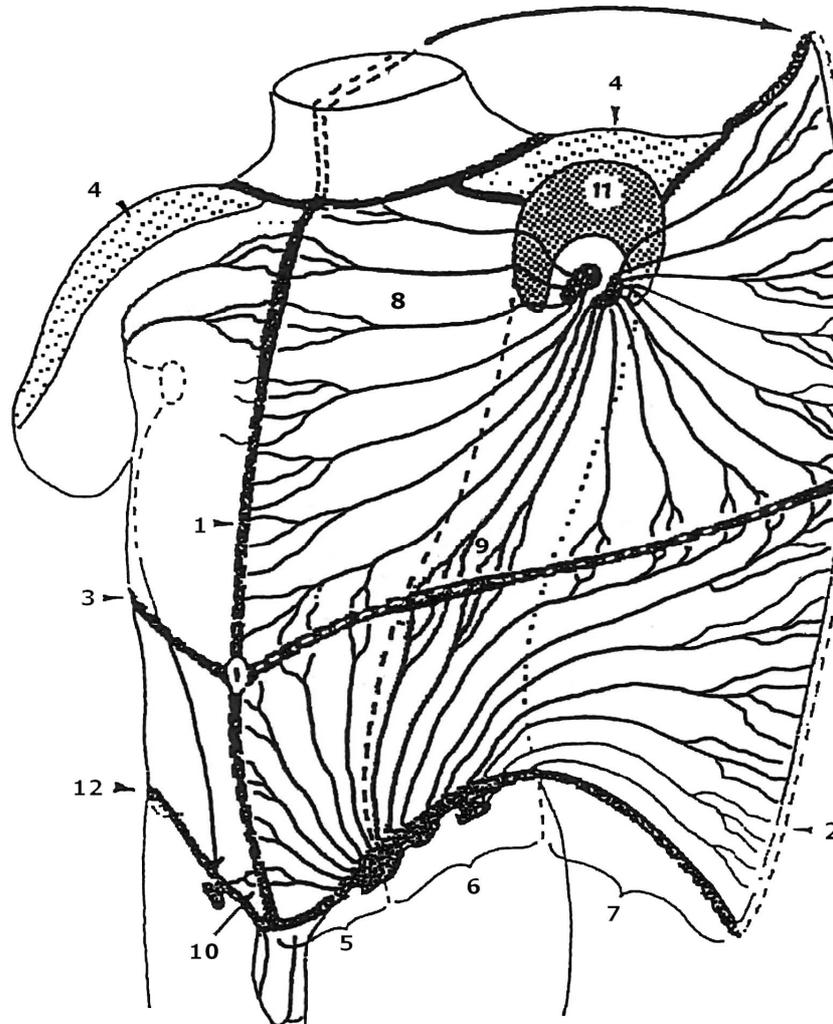
**Dosalansicht**



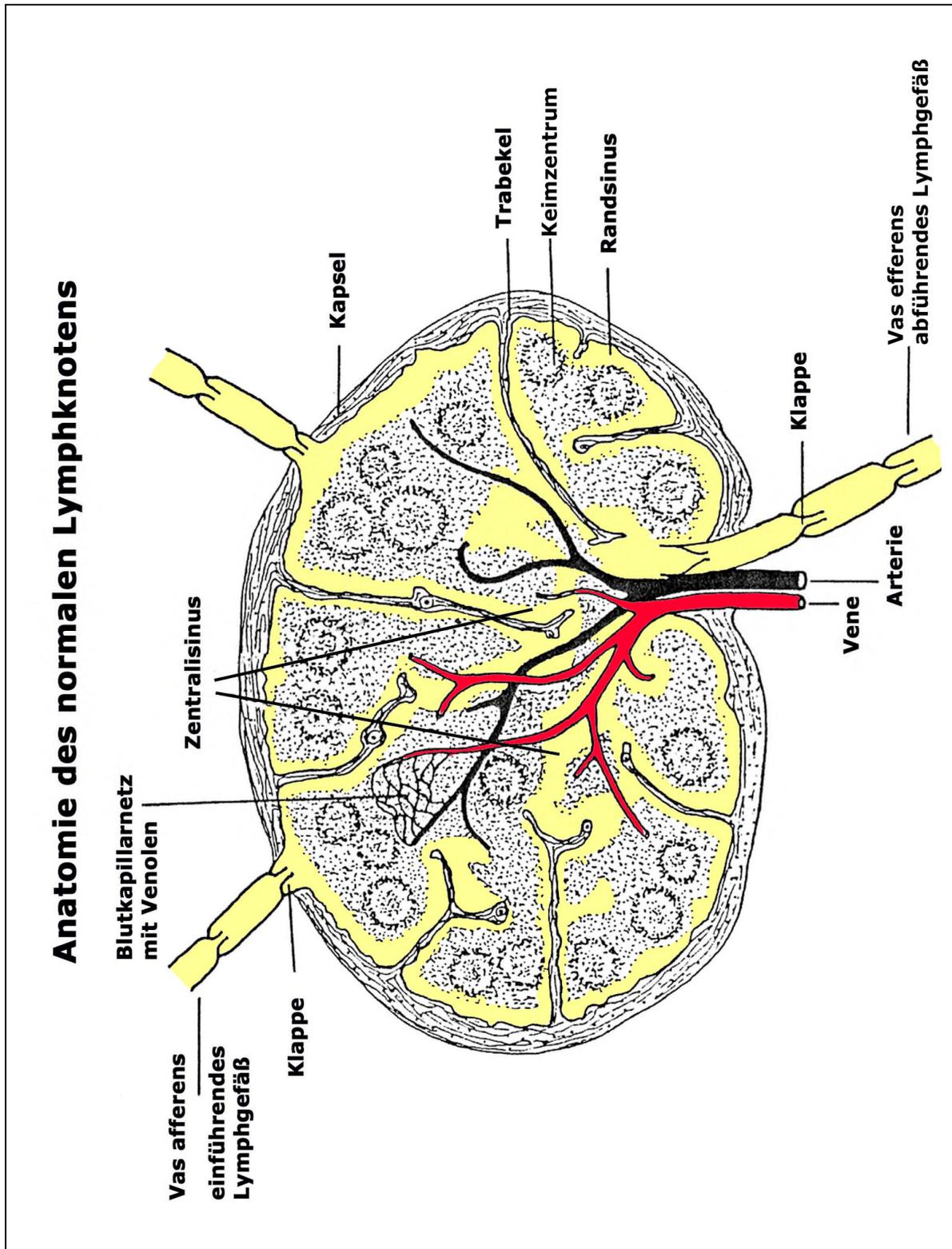
1. Lymphgefäße des dorso-medialen Territoriums
2. Lymphgefäße des dorso-lateralen Territoriums
3. ventro-mediales Bündel
4. dorso-laterales Bündel

## Schema der Lymphdrainage der Rumpfwand

(Rückenhaut seitwärts geklappt)



- |                                                |                                        |
|------------------------------------------------|----------------------------------------|
| 1. Vordere sagittale Wasserscheide             | 7. Hintere Rumpfwand                   |
| 2. Hintere sagittale Wasserscheide             | 8. Interaxilläre Anastomosen           |
| 3. Transversale Wasserscheide                  | 9. Axillo-inguinale Anastomosen        |
| 4. Drainagegebiet des lateralen Oberarmbündels | 10. Suprapubische Anastomosen          |
| 5. Vordere Rumpfwand                           | 11. Amputationsstelle der Schulter     |
| 6. Seitliche Rumpfwand                         | 12. Inguinale Wasserscheide            |
|                                                | 13. Claviculae-cervikale Wasserscheide |



## Griffreihenfolgen in Kurzform

### Beinbehandlung von vorne

- Ausstreichung
- Stehende Kreise auf den inguinalen Lnn.
- Drehgriffe in 3 Bahnen am Oberschenkel
- Quergriffe in 3 Bahnen am Oberschenkel
- Quergriffe an der Knieinnenseite
- Stehende Kreise auf den poplitealen Lnn.
- Daumenkreise in 3 Bahnen; Knieinnenseite, Vorderfläche und Knieaußenseite
- Stehende Kreise mit 3 Ansätzen; Knieinnenseite, Vorderfläche und Knieaußenseite
- Evtl. Behandlung des med. / lat. Kniegelenkspaltes
- Schöpfggriffe an der Wade
- Wechselweise Schöpfggriffe an der Wade und praetibial
- Stehende Kreise in der Achillessehnenloge
- Daumenkreise in mehreren Bahnen zwischen den Malleolen
- Daumenkreise in mehreren Bahnen über den Fußrücken
- „Lymphsee-Behandlung“
- Schöpfggriffe über den Zehen
- Schöpfggriffe am Längsgewölbe
- Behandlung des Quergewölbes
- „Spazierstock“ mit stehenden Kreisen
- Ausstreichung

### Beinbehandlung von hinten

- Ausstreichung
- Stehende Kreise am prox. med. Oberschenkel
- Drehgriffe in 3 Bahnen am Oberschenkel
- Quergriffe in 3 Bahnen am Oberschenkel
- Quergriffe an der Knieinnenseite
- Stehende Kreise in der Kniekehle
- Daumenkreise in 3 Bahnen in der Kniekehle
- Schöpfggriffe in 2 Bahnen an der Wade
- Quergriffe in 2 Bahnen an der Wade
- Achillessehnenloge mit 4 – neben - 4 Fingerkreisen
- Achillessehnenloge mit Daumenkreisen auf jeder Seite
- Fußsohle in mehreren Bahnen mit Daumenkreisen
- Ferse mit Daumenkreisen
- Ausstreichung

## Griffreihenfolgen in Kurzform

### Rückenbehandlung

- Ausstreichung
- Drainage der axillären Lnn.
- Drehgriffe in mehreren Bahnen fächerförmig von der Wirbelsäule Richtung axilläre Lnn.
- Dreiecksbehandlung
  - Daumenkreise von der WS Richtung med. Scapularrand
  - Pyramide mit stehenden Kreisen
  - Stehende Kreise am med. Scapularrand
- Quergriffe an der Flanke Richtung axilläre Lnn. mit Nacharbeiten auf den axillären Lnn.
- Stehende Kreise auf dem Paravertebralstreifen
- Stehende Kreise in den Intercostalräumen

Wiederholung der Griffe auf der anderen Seite

- Ausstreichung

### Lendenbehandlung

- Ausstreichung
- „Fächergriff“; Daumenkreise über die Crista iliaca übergehend in Räder über der Spina iliaca ant. sup.
- „Indianerzelt mit Marterpfahl“; Drehgriffe in mehreren Bahnen Richtung inguinale Lnn.
- Beckenkammbehandlung; stehende Kreise
- Großer Glutaeus-Halbkreis. stehende Kreise
- Kleiner Glutaeus-Halbkreis. stehende Kreise
- Behandlung des dorso-medialen Territoriums mit stehenden Kreisen („Analfaltenbehandlung“)
- Dreiecksbehandlung mit Daumenkreisen
- Quadratus lumborum – Behandlung
- Paravertebralstreifen

Alle Grifftechniken, bis auf den „Fächergriff“, auf der anderen Lendenseite

- Ausstreichung

## Griffreihenfolgen in Kurzform

### Nackenbehandlung

- Ausstreichung
- Schöpfgriffe über den Trapeziusrand; gleichzeitig Daumenkreise auf der Transversalkette (= Supraclavicularkette)
- Profundus – Terminus
- Stehende Kreise an der Linea nuchaem ( occ. Lnn.)
- Occiput-Pyramide und Kopfschwarte mit stehenden Kreisen
- Stehende Kreise auf den retroauriculären Lnn.
- Profundus – Terminus
- Schöpfgriffe über den Trapeziusrand; gleichzeitig Daumenkreise auf der Transversalkette (=Supraclavicularkette)
- Nackenquergriffe
- Terminus-Intensivbehandlung mit 2 Ansätzen
- Lebensbaum
  - Stamm; Drehgriffe paravertebral
  - Äste; Daumenkreise in 2 Bahnen vom Prominenz Richtung Terminus
- Paravertebralstreifen beiderseits
- Ausstreichung

### Halsbehandlung (Lymphknotenkette (LKK) von vorne)

- Ausstreichung
- Transversalkette und Trapeziusrand mit stehenden Kreisen
- Profundus - Terminus mit stehenden Kreisen
- Occiput - Profundus - Terminus mit stehenden Kreisen
- Mundbodenbehandlung; stehende Kreise von der Kinnspitze bis zum Terminus
- Parotisgabelgriff; stehende Kreise von den aurikulären Lnn. bis zum Terminus
- Acromio-Clavikular-Griff ; Abrollen mit dem Daumen in der Mohrenheimschen Grube mit anschließender Behandlung der Transversalkette bzw. des Trapeziusrandes
- Ausstreichung

### Brustkorbbehandlung von ventral

- Ausstreichung
- Drainage der axillären Lnn. in 3 Ansätzen
- Quergriffe an der Flanke in Richtung axilläre Lnn.
- Quergriffe über das Brustgewebe in Richtung axilläre Lnn.
- L- Griff; "Ludwig" ; Drehgriffe entlang der transversalen Wasserscheide, übergehend in Quergriffe an der Flanke in Richtung axilläre Lnn.
- Parasternalräume mit stehenden Kreisen
- Intercostalräume mit stehenden Kreisen unter Beachtung der Wasserscheide; sternumnahe ICR in Richtung parasternale Lnn. ; sternumferne ICR in Richtung paravertebrale Lnn.
- Ausstreichung

## Griffreihenfolgen in Kurzform

### Armbehandlung

- Ausstreichung
- "Mercedesstern" ; stehende Kreise mit 3 Ansätzen
- Schöpfgriffe am Oberarm
- Einhändige Schöpfgriffe am lat. Oberarm bis zum Terminus
- Quergriffe am Oberarm
- Stehende Kreise auf den cubitalen Lnn.
- "Langer Daumen" quer durch die Ellenbeuge Richtung cubitale Lnn.
- stehende Kreise quer durch die Ellenbeuge in Richtung cubitale Lnn.
- Daumenkreise in mehreren Bahnen von distal nach proximal rund um das Ellbogengelenk
- Schöpfgriffe in 2 Bahnen am Unterarm
- Quergriffe in 2 Bahnen am Unterarm
- Daumenkreise in mehreren Bahnen von distal nach proximal rund um das Handgelenk
- Carpal tunnelbehandlung mit 4 Ansätzen von proximal nach distal
- Handteller in mehreren Bahnen mit Daumenkreisen
- Handrücken in mehreren Bahnen mit Daumenkreisen
- Fingerbehandlung; jeweils 2 Bahnen mit Schöpfgriffen
- Ausstreichung

Im Bedarfsfall Epicondylitisbehandlung. Daumenkreise um die Epicondylen sowie Olecranon-Hohlhandpumpe.

### Gesichtsbehandlung

- Ausstreichung mit Rädern
- Mundbodenbehandlung; stehende Kreise von der Kinnspitze bis zum Terminus
- Unterlippe- Unterkiefer mit stehenden Kreisen Richtung Kieferwinkel
- Oberlippe - Oberkiefer mit stehenden Kreisen Richtung Kieferwinkel
- Profundus - Terminus mit stehenden Kreisen
- Nasenrücken mit 1-Fingerkreisen
- "Lange Reise" ; stehende Kreise von der Wange über den Unterlippenbereich, übergehend in die Mundbodenbehandlung ( von der Kinnspitze bis zum Terminus)
- Tränenkanal mit schraubenförmigen Einfingerkreisen
- "Kopfschmerzbehandlung" ; stehende Einfingerkreise am oberen und unteren knöchernen Augenrand
- Einfingerkreise auf dem geschlossenen Augenlid
- Daumenabrollen auf dem geschlossenen Augenlid
- Stirn- und Kopfschwartenbehandlung mit stehenden Kreisen
- Temporalis - Profundus mit stehenden Kreisen
- Profundus - Terminus – Intensivbehandlung
- Ausstreichung mit Daumenballen in 2 Varianten

## Griffreihenfolgen in Kurzform

### Bauchbehandlung

- Ausstreichung
- Drainage der inguinalen Lnn. mit stehenden Kreisen
- Behandlung der Bauchhautlymphgefäße in Richtung inguinale Lnn. mit Dreh- bzw. Quergriffen
- Behandlung der Bauchlymphgefäße in Richtung cisterna chyli
  - stehende Kreise in mehreren Ansätzen
  - Oval
  
- Behandlung der iliacaalen Lnn. mit stehenden Kreisen
- Bauchtiefdrainage; Drainage der paravertebralen Lnn. mit mehreren Ansätzen
- Ausstreichung mit Unterstützung bzw. Begleitung der Bauchatmung

### Schultersteifegriffe

#### *Therapeut steht cranial*

- Drehung des Schultergürtels ( Therapeut steht cranial )
- Drehung des Schultergürtels mit Drainage am med. Scapularandes durch die dorsale Hand ( Therapeut steht cranial )

#### *Therapeut steht vor dem Patienten*

- Drehung des Schultergürtels mit Drainage am med. Scapularrandes durch die dorsale / kopfwärtige Hand bei gleichzeitiger geringer Abduktion im Gleno-humeralgelenk durch die zwischen Brustkorb und Oberarm liegende fußwärtige Hand
- Drehung des Schultergürtels mit Drainage des med. Scapularrandes durch die fußwärtige Hand; kopfwärtige Hand führt den Schultergürtel
- Drehung des Schultergürtels mit Drainage des med. Scapularrandes durch die fußwärtige Hand; kopfwärtige Hand drainiert mit Schöpfgreifen über den Bereich des M. supraspinatus/ M. infraspinatus in Richtung axilläre Lnn.
- Drehung des Schultergürtels mit Drainage des med. Scapularrandes durch die fußwärtige Hand; kopfwärtige Hand drainiert mit Daumenkreisen den Bereich der langen bzw. kurzen Bicepssehne
- Drainage der Pectoralissehne mit unterstützenden Abd. - Add. Bewegungen des Gleno-humeralgelenkes
- Drehung des Schultergürtels mit Drainage des Flankenbereiches; Arm des Patienten lagert auf dem kopfwärtigen Arm des Therapeuten; Schöpfgreifen an der Flanke mit der fußwärtigen Hand in Richtung axilläre Lnn.

Lymphology

## Lymphologie Experte

Individuell und effektiv –  
Kompressionsversorgung für mehr  
Lebensfreude jeden Tag



[www.juzo.de](http://www.juzo.de)



Lebensfreude in Bewegung

©Ödemzentrum, Löffingen 2018v7

Alle Beiträge und Zeichnungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung bedarf der vorherigen Zustimmung des Ödemzentrums. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, sowie Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systemen bzw. jeglichen Speichermedien.

Herausgeber: Ödemzentrum Feldberg/St.Blasien GmbH & Co. Lehrinstitut KG,  
Dipl.Med.Päd. Joachim Diestmann Gallasstr. 11, 79843 Löffingen