

# Manuelle Lymphdrainage nach Dr. Vodder

Bearbeitet von  
Andreas Wittlinger, Dieter Wittlinger, Hildegard Wittlinger, Maria Wittlinger

2., überarbeitete Auflage 2016. Buch. 157 S. Softcover  
ISBN 978 3 13 140072 7  
Format (B x L): 19,5 x 27 cm

[Weitere Fachgebiete > Medizin > Physiotherapie, Physikalische Therapie](#)

Zu [Inhaltsverzeichnis](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

**beck-shop.de**  
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

# 10 Behandlung einzelner Körperpartien

## 10.1 Behandlung des Halses

### Praxis

Der Therapeut steht neben dem Patienten und führt die Techniken von vorne aus. Der Patient befindet sich in Rückenlage.

Alle Kreisbewegungen der Hand gehen der Kleinfingerseite zu.

### 10.1.1 Effleurage

Fünf fächerförmige Striche mit flachen Daumen am Sternum beginnend seitwärts. Der letzte Strich geht entlang der Clavicula (Schlüsselbein), 1 ×.

### 10.1.2 Profundus bis Terminus

Stehende Kreise von Profundus über die Halsmitte (kein Foto) zum Terminus. 5 Kreise pro Position, 2 Positionen am Hals, 1 Position in der Schlüsselbeingrube (supraklavikulär), „Terminus“ 3 ×.

Eigene Anmerkungen



Abb. 10.1 zu 10.1.2 Halsbehandlung am Profundus.



Abb. 10.2 zu 10.1.2 Aste bei der Halsbehandlung am Terminus.



Abb. 10.3 zu 10.1.2 „Zugphase“ bei der Halsbehandlung am Terminus.

### 10.1.3 Okziput bis Terminus

Stehende Kreise vom Hinterhaupt über die Halsmitte *hinten* bis zum Terminus (ohne Abb.).

5 Kreise pro Position, 2 Positionen am Hals *hinten*, 1 Position in der Schlüsselbeingrube (supraklavikulär), 3 ×.



Abb. 10.4 zu 10.1.3 Aste Okziput

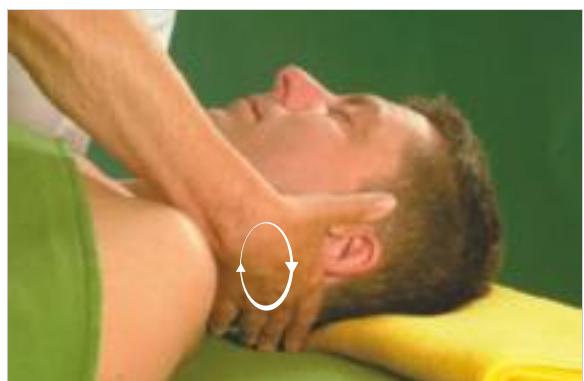


Abb. 10.5 zu 10.1.3 Okziput – andere Kameraeinstellungen



Abb. 10.6 zu 10.1.4 Ausgangsposition bei der Halsbehandlung an der Kinnspitze

### 10.1.5 Gabelgriff

Stehende Kreise nach kaudal (Zeigefinger vor dem Ohr, die anderen Finger dahinter), danach von Profundus bis Terminus (ohne Abb.) abdrainieren, 5 Kreise pro Position, 3 ×.



Abb. 10.7 zu 10.1.4 Mitte Kinn

### 10.1.6 Schulterkreise

Stehende Kreise (ohne Abb.) mit Bewegung der Schulter. Zug nach kaudal und medial abkreisen (zeigefingerwärts).

Danach 2 Positionen am Trapeziusrand mit einer Zug- und Kreisrichtung nach ventral und medial ausführen, Terminus. 5 Kreise pro Position, 3 ×.

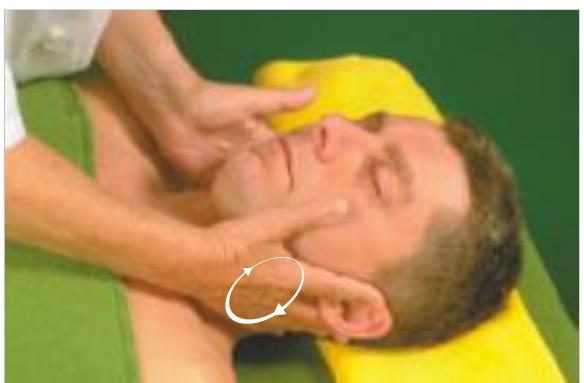


Abb. 10.8 zu 10.1.5 Halsbehandlung mit Gabelgriff.

### 10.1.8 Profundus bis Terminus

Siehe 10.1.2.

### 10.1.9 Abschlusseffleurage

1 ×.

Eigene Anmerkungen

## 10.2 Behandlung des Gesichts

### Praxis

Der Therapeut steht am Kopfende.

Der Patient befindet sich in Rückenlage.



Abb. 10.9 zu 10.2.2 Profundusbehandlung mit den Fingerflächen.

### 10.2.1 Effleurage

Parallele Striche mit den Fingern oder Daumen über Unterlippe, Oberlippe, Nase + Wange, Stirn, 1 × (ohne Abb.).

### 10.2.2 Kieferbereich

Stehende Kreise von Mitte der Unterlippe bis Angulus (Kieferwinkel) (ohne Abb.), 3 Positionen, je 5 Kreise, 3 ×.

Stehende Kreise von Mitte der Oberlippe bis Angulus (ohne Abb.), 3 Positionen, je 5 Kreise, 3 ×.

Stehende Kreise vom Profundus über die Halsmitte bis zum Terminus. Im Terminus liegt der Zeigefinger flach auf. Je 5 Kreise, 3 ×.



Abb. 10.10 zu 10.2.2 Halsmitte mit den Fingerflächen.

### Eigene Anmerkungen



Abb. 10.11 zu 10.2.2 Terminus mit dem Zeigefinger (Seitenansicht).



Abb. 10.12 zu 10.2.2 Terminus mit dem Zeigefinger (Aufsicht).

### 10.2.3 Nase

Die Griffen an der Nase werden mit dem Zeige- oder Mittelfinger ausgeführt.

**Nasenspitze** nach lateral 3 Positionen, je 5 Kreise, 3×.

**Nasenmitte** nach lateral 3 Positionen, je 5 Kreise, 3×(ohne Abb.).

**Nasenwurzel** nach lateral 3 Positionen, je 5 Kreise, 3×(ohne Abb.).

**Seitlich der Nase** von der Nasenwurzel bis zu den Nasenflügeln abdrainieren, 3–4 Positionen, je 5 Kreise, 3×(ohne Abb.).

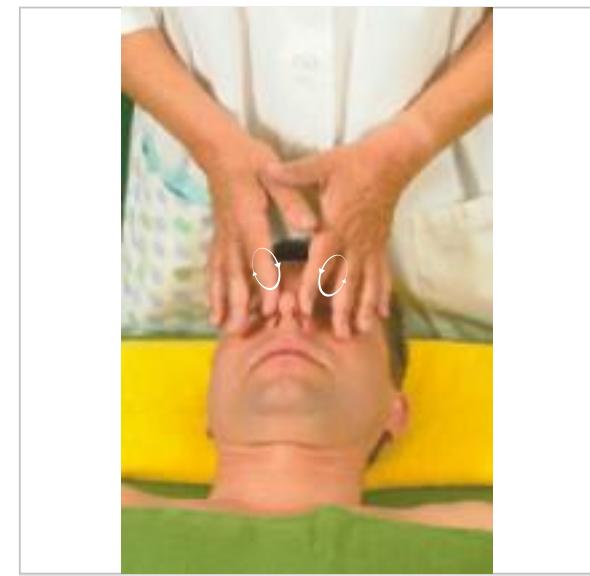


Abb. 10.13 zu 10.2.2 Behandlung der Nasenspitze bei der Gesichtsbehandlung mit dem Zeige- oder Mittelfinger.

Eigene Anmerkungen

#### 10.2.4 „Lange Reise“

Stehende Kreise unter den Augen beginnend, an den Mundwinkeln vorbei bis zur Kinnspitze, 3 Positionen, je 5 Kreise, sogleich anschließend forschreitend, spiraling 5 Kreise unter dem Kinn bis Kieferwinkel, 3 ×.



Abb. 10.14 zu 10.2.4 Unter den Augen mit den Fingerflächen.



Abb. 10.15 zu 10.2.4 Mundwinkel.

Eigene Anmerkungen



Abb. 10.16 zu 10.2.4 Kinnspitze.



Abb. 10.17 zu 10.2.4 Aste, Spirale, forschreitend auf 5 unterhalb des Kinns bis Kieferwinkel.

## 10.2.5 Augenbehandlung

**Stehende Kreise** mit halbem Druck an den Tränensäcken, mit 1 oder 2 Fingern, 3 Positionen, je 5 Kreise, 3×,

**Beidseitiges Hochziehen** mit den Zeigefingern an der Nasenwurzel beginnend (ohne Abb.) 3×.

**Mehrmalige Drückungen** der Augenbrauen beidseitig mit Daumen und Zeigefinger flach (ohne Foto) 3×.

**Beidseitiges Hochziehen** mit den Daumen an der Nasenwurzel, an der Glabella ohne Druck eindrehen und die Daumen über die Augenbrauen abrollen (ohne Abb.), 3×.



Abb. 10.18 zu 10.2.5 Tränensäcke, Position 1.

## 10.2.6 Augenbrauen

**Stehende Kreise** mit den Zeigefingern zwischen den Augenbrauen, danach die anderen Finger dazulegend an noch mindestens 2 Positionen auf den Augenbrauen arbeiten, nicht den Augapfel berühren, je 5 Kreise, 3× (ohne Abb.).



Abb. 10.19 zu 10.2.5 Tränensäcke, Position 2.

Eigene Anmerkungen



Abb. 10.20 zu 10.2.5 Tränensäcke, Position 3.

## 10.2.8 Von der Schläfe bis Profundus

**Stehende Kreise**, 3–4 Positionen (ohne Abb.), je 5 Kreise, 3×.

## 10.2.9 Profundus bis Terminus

**Stehende Kreise**, die Finger zeigen in Richtung Terminus, je 5 Kreise, Profundus – Halsmitte – Terminus, 3×.

## 10.2.10 Effleurage (ohne Abb.)

**Streichungen** mit den Daumenballen von Stirnmitte bis Temporalis, 1×.

**Streichungen** (dieselbe Bewegung) bis Temporalis, dort die Hand mit einer  $1/4$ -Bewegung eindrehen, die Daumen unter den Augen einsetzen und über die Wangen seitlich wegstreichen (leicht), 1×.

**Beide Hände** vorsichtig über das Gesicht legen: untenstützen – obenstützen – Ruhe geben – oben öffnen – unten öffnen – seitlich wegstreichen, 1×.



Abb. 10.21 zu 10.2.9 Profundus mit den Fingerflächen.



Abb. 10.22 zu 10.2.9 Halsmitte mit den Fingerflächen.

Eigene Anmerkungen



Abb. 10.23 zu 10.2.9 Terminus mit dem Zeigefinger.

## 10.3 Behandlung des Arms

### Praxis

Der Therapeut steht neben dem Patienten. Der Patient liegt in Rückenlage.



Abb. 10.24 zu 10.3.2 Wechselweise Schöpfgriffe bei der Armbehandlung links. Die innen liegende Hand beginnt, die andere Hand liegt vorn.

### 10.3.1 Effleurage (ohne Abb.)

Ausstreichen des Arms an der Innen- und Außenseite, je 1×.

### 10.3.2 Oberarm

**Schöpfgriffe** wechselweise am Oberarm. Die innen liegende Hand beginnt, die Außenhand läuft etwas voraus. Die Griffe werden wechselweise ausgeführt, auf 6 gezählt, 3×.

**Stehender Kreis** mit flachen Händen (Händewaschen). Der M. deltoideus liegt zwischen den Händen (ohne Abb.). Der Druck wandert vom Handteller über die Handmitte bis in die Finger, wechselweise Schub der Haut zu den Fingerspitzen, kleinfingerwärts drucklos abkreisen. 3×.

**Armlymphknoten**, 8 Finger flach an der Oberarmminnenseite so auflegen, dass die Fingerspitzen ein bisschen Richtung Axilla zeigen. Stehende Kreise mit Schub den Fingerspitzen zu, axillawärts abkreisen, drei Positionen. Je 5× pro Position, 3×.

**Pumpen** an der Außenseite des Oberarms vom Ellbogen bis Deltoideus, dabei den Arm etwas anheben, 3× (ohne Abb.).



Abb. 10.25 zu 10.3.2 Stehende Kreise an der Oberarmminnenseite bei der Armbehandlung (Armlymphknoten).

Eigene Anmerkungen

### 10.3.3 Ellbogen

Daumenkreise um den lateralen Epikondylus, in 2 Bahnen dabei auf 5 zählen, je 3 ×.

Daumenkreise spiralig fortschreitend mit dem gleichen Daumen durch die Ellenbeuge von innen nach außen, auf 5 zählen, Schub nach medial 3 ×.

### 10.3.4 Unterarm

Schöpfgriff am Unterarm mit einer Hand, dann den Unterarm drehen. Beide Seiten sollen gleich oft behandelt werden, je 3 × (ohne Abb.).



Abb. 10.26 zu 10.3.3 Daumenkreise am lateralen Epikondylus, Position 1.



Abb. 10.27 zu 10.3.3 Position 2.



Abb. 10.28 zu 10.3.3 Spiralige Daumenkreise von medial nach lateral in der Ellenbeuge.