



# MANUÁLNÍ LYMFODRENÁŽ

## KDY JE LYMFODRENÁŽ VHODNÁ

Při žilních a lymfatických otocích, poúrazových stavech, revmatologických onemocněních, neurologických onemocněních, po zákrocích v kosmetické chirurgii. Jako prevence onemocnění křečových žil (varixy), regenerace svalů po sportovním výkonu, prevence stárnutí pokožky, celulitida, bolesti hlavy a migrény, při dietách.

## KDY JE LYMFODRENÁŽ NEVHODNÁ

Nádorová onemocnění, zánětlivá onemocnění kůže, bakteriální horečnaté onemocnění, onemocnění cév, rizikové těhotenství, silná nebo bolestivá menstruace, hyperfunkce štítné žlázy, astma, neléčený nebo nekompenzovaný vysoký krevní tlak. Mezi lymfodrenáží nebo jinou masáží musí být prodleva nejméně 8 hodin.

## PRINCIP LYMFODRENÁŽE

Manuální lymfodrenáž je terapeutická technika, kdy terapeut jemným tlakem ruky provádí konkrétní hmaty, jimiž dochází k uvolnění lymfy a jejímu dalšímu posunu z mezibuněčného prostoru přes kapiláry, mizní cévy, uzliny a následně nasátí lymfy do krevního řečiště.

---

## PROVOZNÍ DOBA

PONDĚLÍ - PÁTEK 6:45 - 14:45 (nebo dle individuální dohody)

## ODPOVĚDNÝ PRACOVNÍK

Tomáš Calta - tel.: 318 841 596, Tyršova 161, 264 01 Sedlčany

---