

# Kontraindikace

S timulace lymfatického systému je zaměřená na odbourání otoku a zlepšení lymfatického oběhu. Nicméně existují situace, kdy se s lymfou nesmí pracovat.

Zde jsou některé obecné kontraindikace:

1. Akutní infekce: Pokud má pacient akutní infekci, měl by se vyvarovat práci s lymfou. Manipulace s lymfou může způsobit rozšíření infekce.
2. Zelený zákal - práce s lymfou může zhoršovat nitrooční tlak
3. Hyperfunkce štítné žlázy
4. Otoky způsobené onemocněním srdce a ledvin
5. Neléčený vysoký krevní tlak - práce s lymfou, může tlak ještě zvýšit.
6. Kardiální selhání: U pacientů s pokročilým srdečním selháním by mělo být opatrné práce s lymfou, protože může zvýšit zátěž na kardiovaskulárním systému.
7. Akutní trombóza: V případě akutní trombózy (tvorba krevní sraženiny) se nesmí pracovat s lymfou, protože by mohla způsobit uvolnění sraženiny.
8. Nádorová onemocnění: Pacienti s aktivním nádorovým onemocněním by měli být obezřetní. Práce s lymfou může být kontraindikována v oblasti maligních nádorů. Pokud máte ukončenou léčbu, je potřeba toto vždy konzultovat s lékařem.
9. Riziko krvácení: U pacientů s poruchami srážlivosti krve nebo užívajících antikoagulační léčbu by se s lymfou mělo pracovat opatrně, aby se minimalizovalo riziko krvácení.
10. Kůžní infekce nebo poškození: s lymfou nepracujte v případě rozsáhlého poškození kůže nebo přítomnosti aktivních kožních infekcí.
11. Systémová onemocnění: Některá systémová onemocnění, jako je systémový lupus erythematosus, mohou ovlivnit lymfatický systém, a proto by se s lymfou mělo pracovat opatrně nebo vůbec ne.



- veškerá zhoubná onemocnění
- akutní bakteriálním a virovém onemocnění – teplota, angína, chřipka, atd.
- chronické otoky od špatné funkce srdce, ledvin, jater
- při akutním žilním onemocnění s trombózou či zánětem podkoží / erysipel/
- akutní astma, zápal plic, infarkt myokardu
- hnisavé rány
- bolestivé stavy neznámého původu

V případě, že trpíte na vážnější onemocnění, jste těhotná, je důležité konzultovat péči o lymfu s lékařem.



# Indikace

V této části si projdeme stavy, kdy je s lymfou vhodné pracovat a podpořit, tak péči o naše tělo.

- Indikace můžeme rozdělit na léčebné, kosmetické a sportovní
- slouží k celkové regeneraci a detoxikaci těla, zrychlení toku lymfy v organismu
- metoda je prospěšná u akutních stavů, zmírňuje bolest
- poúrazové stavy předpoklad vzniku edému nebo se již vytvořily
- rychlejší regenerace poškozených tkání, vstřebávání hematomů, hojení jizev
- zmenšuje otoky/ primární, sekundární/ a je prevencí proti vzniku otoků
- zmírnění migrenózních stavů a bolesti hlavy
- podpora metabolismu
- je prevencí vzniku křečových žil a zlepšuje jejich stav
- pooperační stavy, jizvy, zlepšuje odtok čímž se podporuje hojení
- prevence nádorového onemocnění
- velice účinně přispívá ke zmírnění celulitidy a k úbytku objemu stehen a hýždí
- zlepšení kvality kůže, zpevňování podkoží
- zvýšení imunity
- zrychlení hojení ran po liposukci nebo plastických operacích
- uvolňuje se tkáňové napětí
- pomoc při akné
- zpomaluje proces stárnutí
- odstraňování otoků kolem očí a v obličeji
- upravuje rovnováhu v hormonálním systému
- pro výkonné sportovce zvyšuje výkonnost
- zmírnění potíží při statické zátěži
- zmírnění únavy při pocitu těžkých nohou při sedavém zaměstnání
- má vliv na stres a emoce

