

# Workshop

Unser  
wundervoller  
Körper



## Ödeme & Kompressionstherapie

Üben!

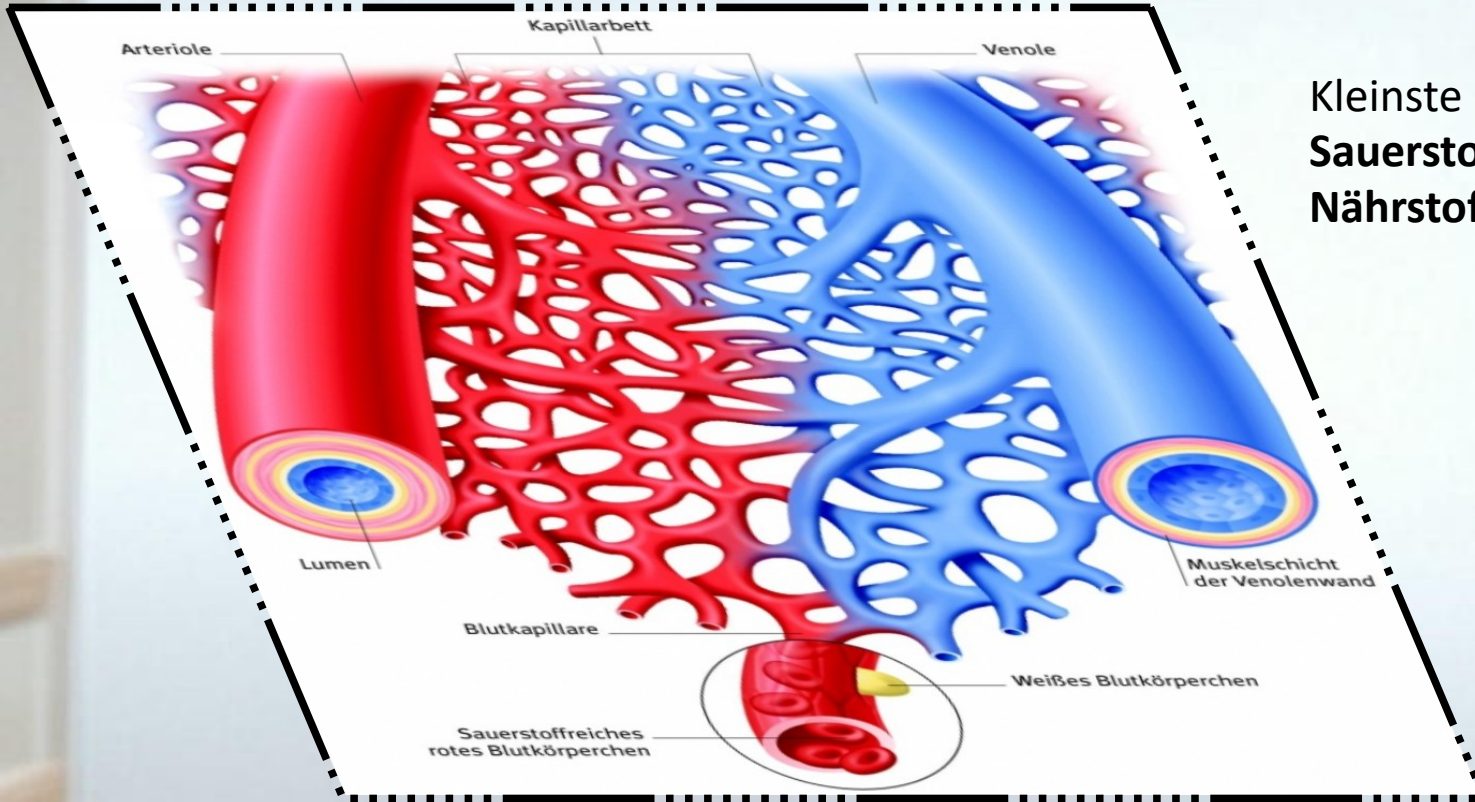
Ödeme

→ Behandeln

→ Ziel

Kompressionsverband

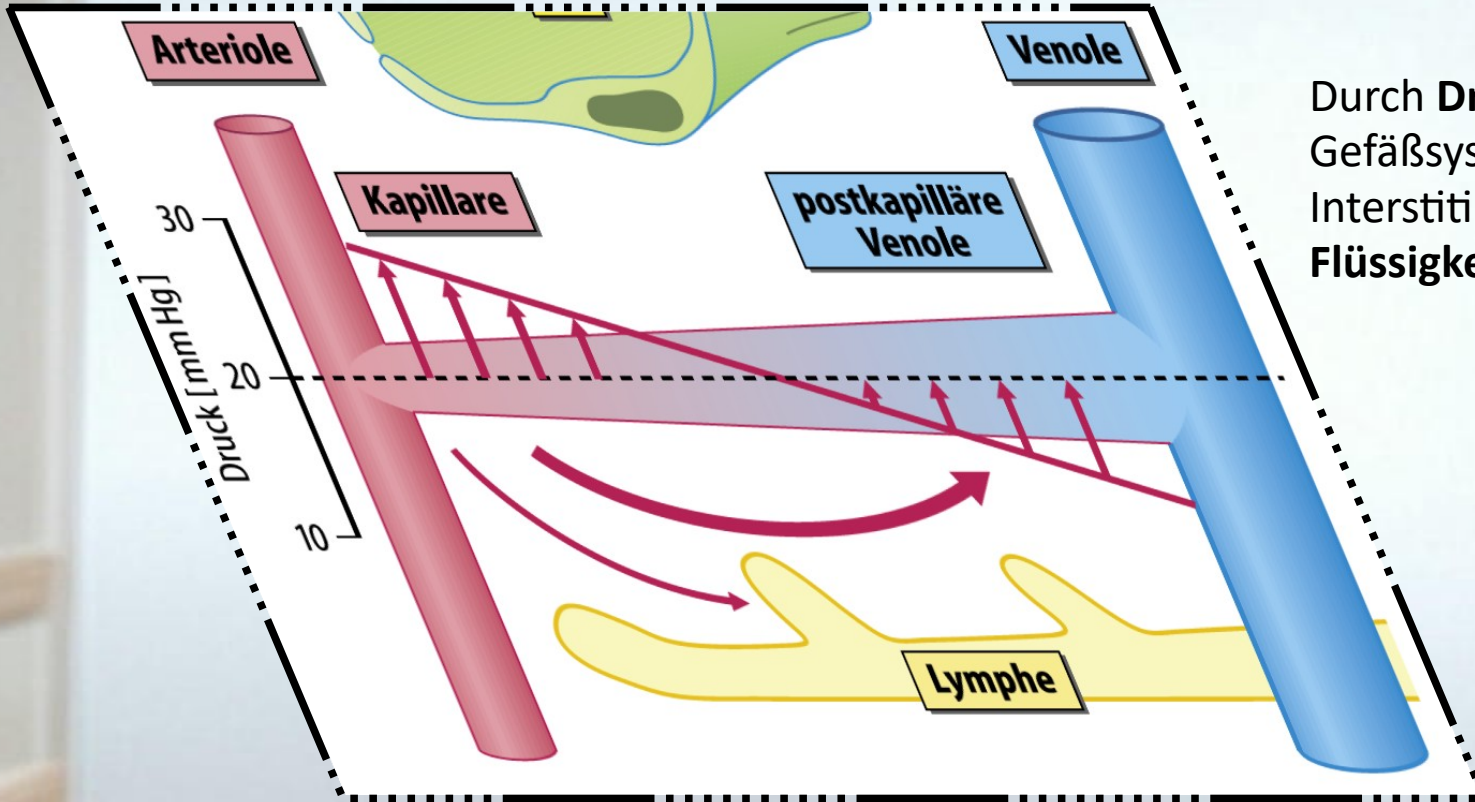
# KapillargefäÙe



Kleinste GefäÙe dienen zum  
**Sauerstoff- &  
Nährstoffaustausch**

Ödeme

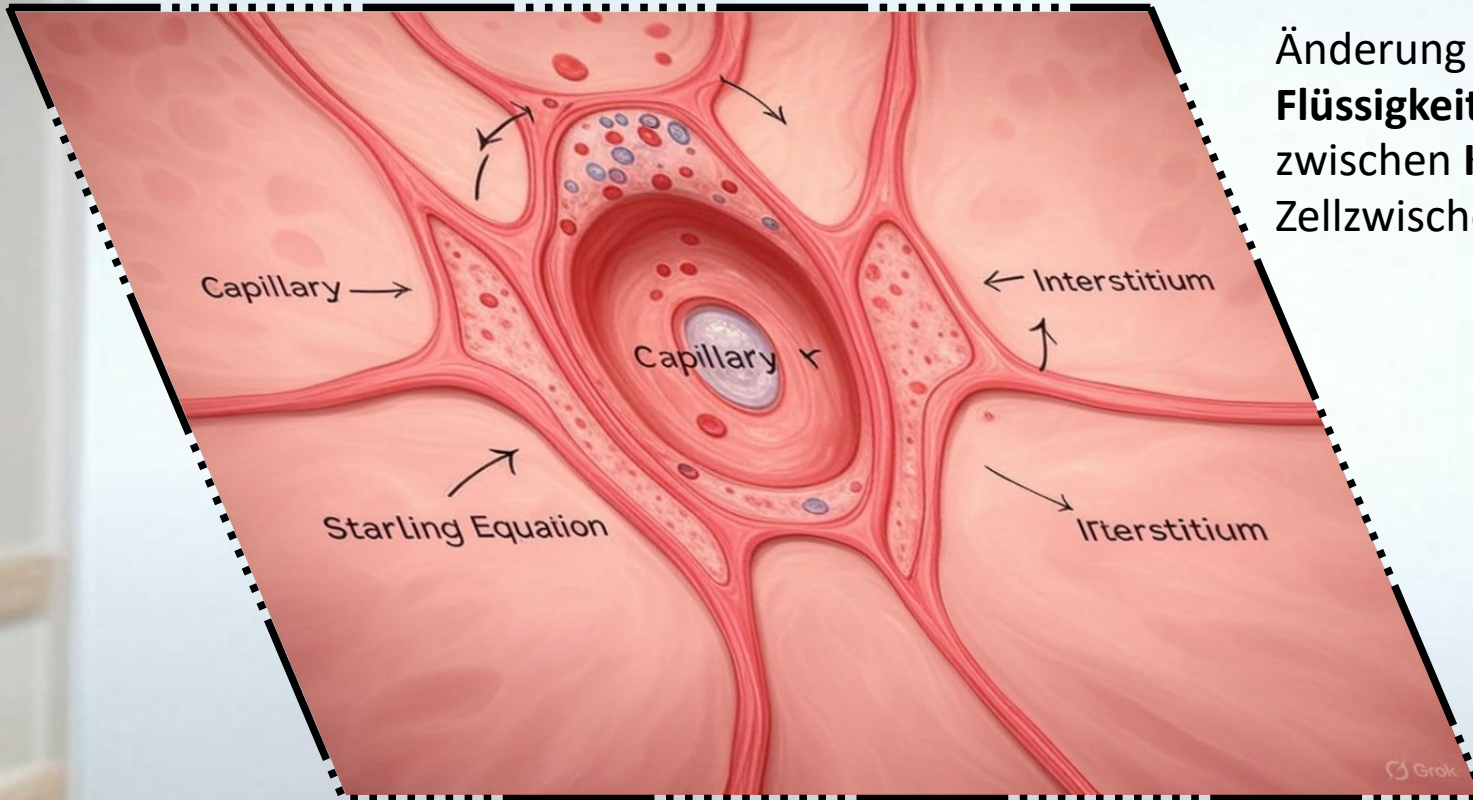
# Lymphsystem



Durch **Druckdifferenz** im Gefäßsystem und dem Interstitillen Raum gelingt der **Flüssigkeitsaustausch**



# Ödeme: Entstehung

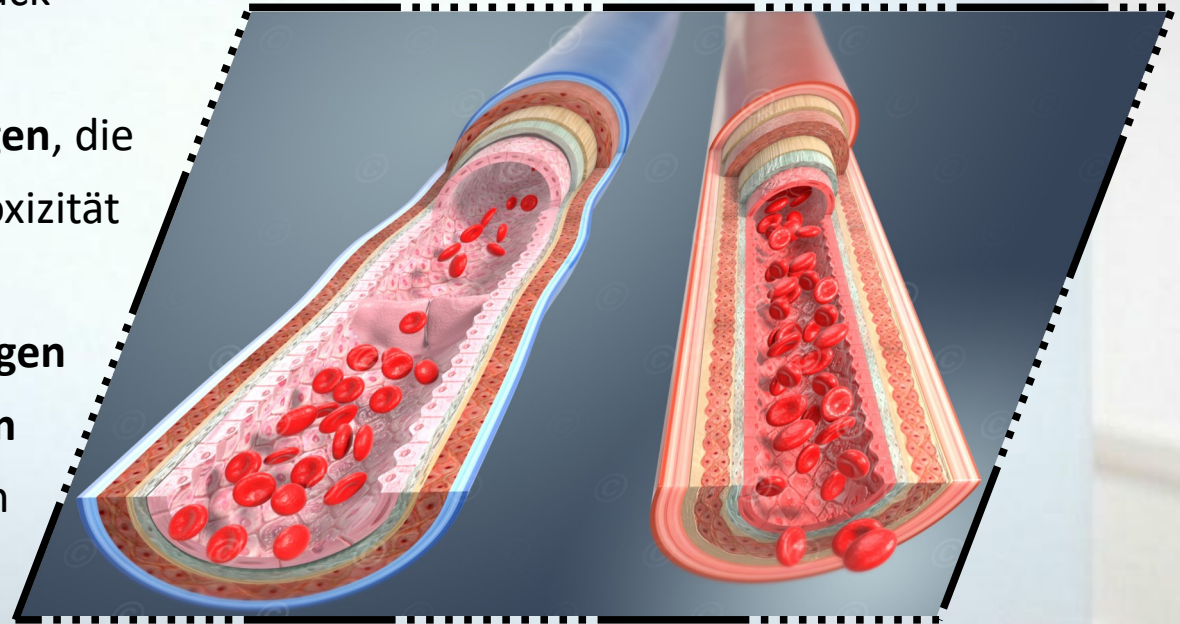


Änderung der  
**Flüssigkeitsbewegungen**  
zwischen **Kapillargefäßen** und  
Zellzwischenraum (**Interstitium**)

# Ödeme: Ursachen



- **Kardiale Ursachen**, die den Druck verändern
- **Nieren- & Lebereinschränkungen**, die den Wasserhaushalt und die Toxizität verändern
- Medikamentöse **Nebenwirkungen**
- **Schädigungen am Gefäßsystem**
- Allergien, Infektionen, Traumen



# Ödeme



Bild von flexikon.doccheck.com

**Schwellungen durch Flüssigkeitsansammlungen**, hervorgerufen durch übermäßig austretende Flüssigkeit aus den Gefäßen.

In aller Regel hilft der Drucktest:

→ Eine **sichtbare Delle** verbleibt



# Ödeme Behandeln



- **Medikamentös** z.B. durch **Diuretika**.
- **Regional: Kompressionstherapie**

Bild von cloudfront.net

# Behandlungsziel



## Die Gute Nachricht vorweg:

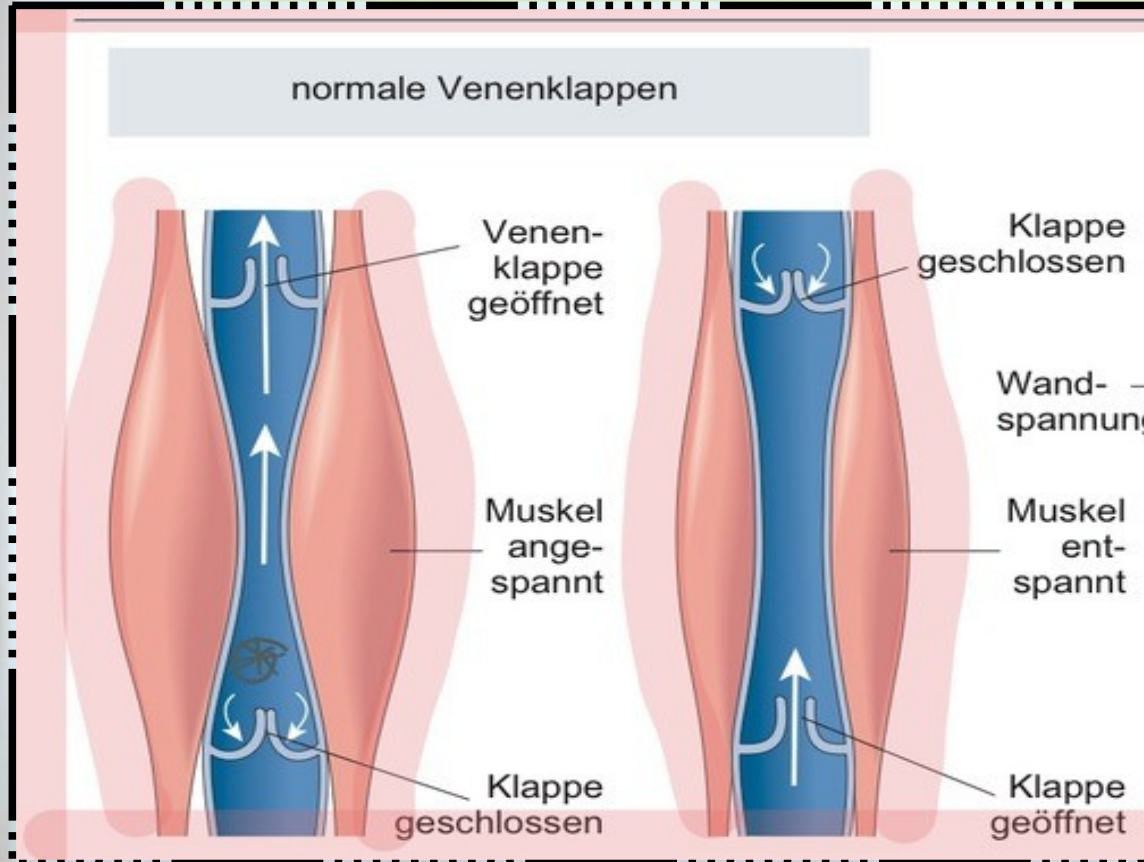
Die Rückgewinnung der körpereigenen Regulation ist möglich!

## Schwere Folgeschäden werden vermieden, wie z.B.:

- Geschwür (Ulcus), Entzündung
- Fortschreitende ursächliche Erkrankungen & weitere Folgeerkrankungen



# Muskelpumpe



Unterstützung des **venösen Rückflusses** durch die Kompressionstherapie

Ödeme

→ Behandeln

→ Ziel

Mit anliegender, strammer Rolle abrollen – keinen inkonsistenten Zug!

2-3 Touren zur Fixierung

50 - 70 % Zug

100 % Zug

Ca. 70 % Breite

Ferse (im 90°-Winkel) mit einer Tour oberhalb & unterhalb fixieren

Ödeme

→ Behandeln

→ Ziel

Kompressionsverband



# Üben, üben, üben!



- Mit **2-3 Touren** unterhalb des **Zehengelenks** starten
- „**Strammes Abrollen**“, in die Rolle blicken
- **Ferse** im **90°-Winkel** mit **2 Touren** fixieren (**ober- & unterhalb**)
- Keine Falten



Bild von pqsg.de

- **Abnehmender Zug** nach oben
- ~ **30 % Überlappung**
- **2 Finger** breit **vor dem Kniegelenk** stoppen
- **Restrolle** schneiden oder **grob nach unten** abrollen
- **Pflaster** zur Fixierung verwenden

**Zweite Rolle entgegen gesetzt zur Ersten abrollen!**

Üben!



# Vielen Dank



Danke, für eure  
Aufmerksamkeit!

