

Spis treści

1.	Anatomia układu naczyń limfatycznych	1
1.1.	Układ naczyń limfatycznych	1
1.2.	Węzły chłonne i okolice limfatyczne	7
1.3.	Ważne grupy węzłów chłonnych oraz obszary ich dopływu	12
2.	Płyn tkankowy i limfa	15
2.1.	Wymiana płynu między krwią i tkanką	15
2.2.	Krążenie molekuł białkowych	23
3.	Wytwarzanie i przepływ limfy: „fizjologiczny drenaż limfatyczny”	25
3.1.	Wytwarzanie limfy	25
3.2.	Transport limfy	29
3.3.	Funkcja „zaworu bezpieczeństwa” układu naczyń limfatycznych	32
4.	Niewydolność układu limfatycznego	34
4.1.	Niewydolność wysokoobjętościowa, czyli dynamiczna	34
4.2.	Niewydolność niskoobjętościowa, czyli mechaniczna	35
4.3.	Niewydolność „zaworu bezpieczeństwa”	35
5.	Wpływ masażu na wytwarzanie limfy i limfangiomotorykę	38
5.1.	Manualny drenaż limfatyczny i wytwarzanie limfy	38
5.2.	Manualny drenaż limfatyczny i limfangiomotoryka	38
6.	Podstawowe zasady manualnego drenażu limfatycznego	40
6.1.	Chwyty	40
6.2.	Przeprowadzenie manualnego drenażu limfatycznego	42
6.3.	Wskazania i przeciwwskazania do manualnego drenażu limfatycznego i kompleksowej fizjoterapii udrażniającej	44
6.4.	Kolejność chwytów w obrębie różnych obszarów ciała	45
7.	Postępowanie w obrębie szyjnych węzłów chłonnych i obszarów ich dopływu	47
7.1.	Podstawy anatomiczne	47
7.2.	Postępowanie w obrębie szyi i okolicy obręczy kończyny górnej	49
7.3.	Postępowanie w obrębie potylicy i karku	53

7.4.	Postępowanie w obrębie twarzy	54
7.5.	Drenaż jamy ustnej	58
8.	Postępowanie w obrębie pachowych węzłów chłonnych i obszarów ich dopływu	60
8.1.	Podstawy anatomiczne	60
8.2.	Postępowanie w obrębie klatki piersiowej	61
8.3.	Postępowanie w obrębie grzbietu	65
8.4.	Postępowanie w obrębie kończyny górnej	69
9.	Postępowanie w obrębie dużych pni limfatycznych wnętrza ciała	73
9.1.	Podstawy anatomiczne	73
9.2.	Postępowanie w obrębie jamy brzusznej	74
9.3.	Chwyty zastępcze dla drenażu jamy brzusznej	77
10.	Postępowanie w obrębie pachwinowych węzłów chłonnych i obszarów ich dopływu	78
10.1.	Podstawy anatomiczne	78
10.2.	Postępowanie w obrębie pachwinowych węzłów chłonnych	81
10.3.	Postępowanie w obrębie ścian jamy brzusznej	83
10.4.	Postępowanie w okolicy lędźwiowej	84
10.5.	Postępowanie w obrębie kończyny dolnej	86
11.	Kompleksowa fizjoterapia udrażniająca	91
11.1.	Informacje ogólne	91
11.2.	Sposób działania leczenia kompresyjnego	91
11.3.	Przeprowadzenie szczegółowych oględzin	93
11.4.	Inne środki fizjoterapii w ramach kompleksowej fizjoterapii udrażniającej	98
	Indeks	101