



Nyirokmasszázs tanfolyam tananyaga

I.

Bevezetés a nyirokdrenázs elméleti alapjaiba

- a nyirokrendszer felépítése, a nyirok- és a vénásrendszer feladata
- ödéma fogalma, fajtái, kialakulásának okai, megelőzés lehetőségei
- nyirok ödémák stádiumai
- az elsődleges és a másodlagos nyiroködémák közötti különbség
- a nyirokdrenázs indikációi, kontraindikációi
- nyirok ödéma szövődményei
- kezelési terv készítése

II.

Bevezetés a nyirokdrenázs gyakorlatába

- alapfogások bemutatása
- ödéma fogások bemutatása

III.

Testtájak kezelési lehetőségei, technikái

- arckezelés
- nyakkezelése
- felső végtag kezelés
- alsó végtag kezelése
- mellkas kezelése
- hát kezelése
- has kezelése
- medence kezelése

IV.

Secunder ödémás testtájak kezelése

- egyoldali felső végtagi secunder nyiroködéma kezelése
- kétoldali felső végtagi secunder nyiroködéma kezelése
- Alsó végtagi secunder nyiroködéma kezelése

V.

Egészséges nyirokrendszer kezelése

VI.

Ismétlés, házi vizsga