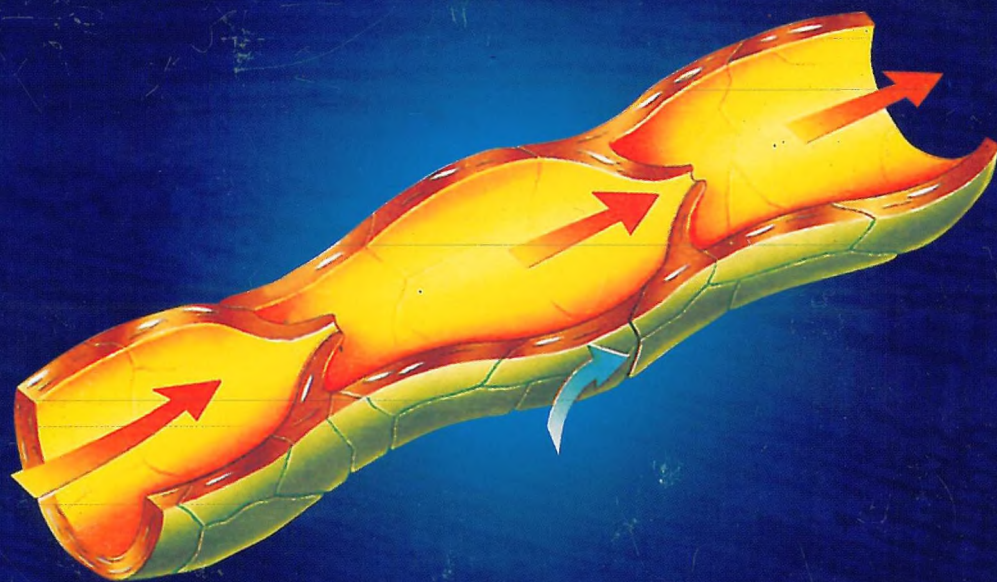


Dariusz Mucha

DRENAŻ LIMFATYCZNY  
W TERAPII OBRZĘKOWEJ,  
KOSMETYCE I ODNOWIE  
BIOLOGICZNEJ



ISSN 1642-5278

Monografie



Dariusz Mucha

DRENAŻ LIMFATYCZNY  
W TERAPII OBRZĘKOWEJ,  
KOSMETYCE I ODNOWIE  
BIOLOGICZNEJ



**SPIS TREŚCI**

<b>Wstęp</b>	<b>5</b>
<b>1. Rys historyczny</b>	<b>7</b>
Literatura	9
<b>2. Budowa układu limfatycznego</b>	<b>11</b>
2.1. Narządy chłonne	11
2.2. Układ chłonny	15
2.2.1. Naczynia chłonne włosowate	18
2.2.2. Naczynia chłonne zbiorcze	18
2.2.3. Główne pnie chłonne	20
2.2.4. Naczynia i węzły chłonne poszczególnych części ciała	22
Literatura	37
<b>3. Obrzęk chłonny</b>	<b>39</b>
Literatura	42
<b>4. Teoria drenażu limfatycznego</b>	<b>43</b>
4.1. Diagnostyka przed drenażem limfatycznym	43
4.2. Zasady stosowania drenażu limfatycznego	46
4.3. Techniki masażu	46
4.4. Wskazania i przeciwwskazania do masażu	49
Literatura	51
<b>5. Praktyka drenażu limfatycznego</b>	<b>53</b>
5.1. Drenaż twarzy	53
5.2. Drenaż karku i głowy	84
5.3. Drenaż grzbietu	96
5.4. Drenaż okolicy pośladkowej i biodrowej	109
5.5. Drenaż klatki piersiowej	118
5.6. Drenaż brzucha	131
5.7. Drenaż kończyny górnej	140
5.8. Drenaż kończyny dolnej	169
<b>6. Leczenie kompresyjne</b>	<b>221</b>
6.1. Rytmiczny masaż pneumatyczny	221
6.2. Masaż aparatem Aquavibron	212
6.3. Masaż wirowy	213
6.4. Bandażowanie kończyn	214
6.4.1. Bandażowanie kończyny górnej	215
6.4.2. Bandażowanie kończyny dolnej	216
6.5. Stymulacja mięśniowa	217
6.6. Krioterapia miejscowa	217
6.7. Kinesiology taping	219
Literatura	219
<b>7. Podsumowanie</b>	<b>221</b>
Literatura	225
<b>Streszczenie</b>	<b>227</b>