

# Patienteninfo: Lastenschiffer und Polizei – Lymph und Lymphsystem

Die Lymphe und das Lymphsystem bilden ein komplexes Netzwerk bestehend aus Lymphorganen, -gewebe und -gefäßen. Während Lymphgefäße eine reine Transportfunktion erfüllen und wie ein Lastenschiff Nährstoffe zu den Zielorganen bringen und gleichzeitig Schlackenstoffe abtransportieren, fungieren die Lymphorgane und -knoten als wichtiger Bestandteil des körpereigenen Abwehrsystems – als Körperpolizei.

## Lymph

Täglich zirkulieren 2–3 l wässrig hellgelbe Lymphe im Lymphgefäßsystem durch den menschlichen Körper. Die Durchlässigkeit der Lymphgefäße erlaubt den Transport von Teilchen, die zu groß sind, um in die Venen aufgenommen zu werden. Hierbei kann es sich um größere Moleküle wie Fette oder Eiweiße handeln, die im Darm aus der Nahrung aufgenommen wurden und in der Leber weiter verarbeitet werden sollen, aber auch um Abfallprodukte des Körpers, wie der durch Alterungsprozesse oder infolge von Verletzungen entstandene Abrieb von Knorpelteilen in den Gelenken. Die Lymphe enthält die wichtigen Lymphozyten, die als Gesundheitspolizei fungieren: Denn sie fließt durch zahlreiche Lymphknoten – mit Abwehrzellen bestückte Filterstationen, die durch die dort gebildeten Lymphozyten und Fresszellen Krankheitserreger und Fremdkörper so weit als möglich vernichten.

## Aufbau des Lymphsystems

Das Lymphsystem nimmt seinen Ursprung als ein feines Netzwerk von den Lymphkapillaren. Mehrere Lymphkapillaren münden in Lymphgefäße, die eine dickere Wand besitzen. Diese münden in die Lymphknoten, die man als Sammelstelle und als Filter sehen kann. Lymphknoten finden sich vermehrt in bestimmten Regionen des Körpers, wie in den Beugeseiten der größeren Gelenke und des Nackens.

In immer dickeren Gefäßen, den Lymphgefäßen, weiter transportiert, mündet die Lymphe schließlich rechts und links hinter dem Schlüsselbein in die Schlüsselbeinvene. Die Lymphe vom rechten Kopf, Arm und Teil des Brustkorbs fließt zum rechten Venenwinkel, der Rest zum linken. Hier mündet insbesondere auch der sog. Brustmilchgang, das größte Lymphgefäß, das die Lymphe aus den inneren Organen und den Beinen abtransportiert.

Zum Lymphsystem gehören folgende lymphatische Organe und Gewebe: **Lymphknoten, Rachenmandeln, Milz und Thymus**, ein Organ, das bei Kindern hinter dem oberen Teil des Brustbeins liegt, sowie das lymphatische Gewebe auf den **Schleimhäuten**.

## Erkrankungen des Lymphsystems

Könnten die Lymphknoten die Krankheitserreger wie beispielsweise bei Erkältungskrankheiten oder bei einer Blutvergiftung nach Verletzungen nicht unschädlich machen, werden zunächst die lokalen Lymphknoten anschwellen. Breitet sich die Krankheit trotz des weiteren Abwehrversuchs der Lymphknoten weiter aus, so schwellen immer mehr Knoten an.

Werden Lymphgefäße durch Operationen, Verletzungen, Medikamente oder Gifte geschädigt, entwickelt sich im Gewebe ein Stau, ein sog. **Ödem**. Aber auch Narben oder Blockierungen von Gelenken, die in unmittelbarer Nachbarschaft von Lymphgefäßen liegen, können diese stören, sodass es zu einem Rückstau von Lymphe kommt. Blockierungen in der Brustwirbelsäule können so die Funktion des **Brustmilchgangs** beeinflussen, der für einen großen Teil des Körpers die Lymphe abtransportiert. Neben den gutartigen gibt es jedoch auch bösartige Erkrankungen des Lymphsystems, an die immer gedacht werden muss, wenn Lymphknoten ohne erkennbare Ursache oder in mehreren Körperregionen gleichzeitig anschwellen.

## Osteopathie und Lymphe

Osteopathen können ausschließlich bei gutartigen Erkrankungen des Lymphsystems tätig werden, die bösartigen gehören in die Hände ärztlicher Spezialisten. Das Hauptaugenmerk einer Behandlung liegt auf einer Befreiung der Lymphabfluswege, sodass ein Rückstau der Lymphe und die Schwellungen der Lymphorgane beseitigt werden können. Hierzu verhilft die Behandlung von Gelenkblockierungen, Narben oder Bindegewebspansungen, die in der Nachbarschaft von Lymphgefäßen liegen. Darüber hinaus werden auch pumpende Techniken über den großen Lymphgefäßen eingesetzt, die durch eine Sogwirkung die Lymphe in Richtung Venensystem transportieren:erspürt man den Lymphstrom an einer Bindegewebsregion oder an einem inneren Organ, so ändert dieser spontan seine Flussrichtung in Richtung auf die nächstgelegene Lymphknotenstation, wenn er vorher in die verkehrte Richtung strömte. Auf diese Weise lösen sich Verklebungen in den Geweben sehr schnell.

Daserspüren der Lymphe, das Erfassen von Rhythmus, Richtung, Tiefe und Qualität des Lymphflusses ist ein wichtiger Ansatzpunkt einer lymphgerechten Therapie, wie in der von Chikly entwickelten Lymphdrainage-Therapie (LDT) oder in der von Vodder begründeten manuellen Lymphdrainage.

## Online

<http://dx.doi.org/10.1055/s-0030-1271123>

Dr. med. Roger Seider, D. O., Hamm

Mit den besten G... erreicht durch



**Praxis Kerstin Ahlbrecht**  
Mozartstraße 16 · 31812 Bad Pyrmont  
Tel. 0177 / 720 71 27

Praxisstempel/Unterschrift