

Protokoll Lymphstammtisch in Olten – 29.03.2025

Teilnehmende Mitglieder:

- 2 Personen mit primärem Lymphödem im Bein
- 4 Personen mit sekundärem Lymphödem im Bein

Total: 6 Personen

Der Lymphstammtisch in Olten fand am Samstag, den 29. März 2025 im wunderschönen, historischen Restaurant *Rathskeller* statt. Eine kleine, aber feine Gruppe von Betroffenen mit Lymphödem kam zusammen – und die Herzlichkeit, das gegenseitige Verständnis und der offene Austausch waren an diesem Tag besonders spürbar.

Wir durften auch neue Gesichter begrüßen, was uns sehr freut – gerade neue Mitglieder fühlen sich in unserer Runde oft zum ersten Mal aufgefangen mit ihren Themen. Viele sprechen an diesem Tisch zum ersten Mal mit anderen Betroffenen über ihre Erfahrungen. Ich finde diese Momente immer besonders berührend, wenn ich spüre, wie groß die Erleichterung ist, endlich verstanden zu werden – und offen über Dinge sprechen zu können, die man oft lange mit sich allein ausgemacht hat.

Bei uns ist jeder willkommen – ganz gleich, wie ausgeprägt das Lymphödem ist. Der Austausch untereinander ist wertvoll und hilft uns allen.

Bei diesem Treffen hatten wir ein neues, spannendes Hauptthema:

👉 „Tiefenoszillation (Deep Oscillation) bei Lymphödemen“

Wir hatten sogar das große Glück, dass eines unserer Mitglieder ein solches Gerät besitzt und es zum Vorführen mitgebracht hat – ein herzliches Dankeschön dafür! 😊

Gerne gebe ich euch meine Notizen und eine kleine Zusammenfassung zu dieser spannenden Therapieform mit auf den Weg:

Die Tiefenoszillation ist eine vielversprechende Ergänzung zur klassischen Manuellen Lymphdrainage. Besonders bei Verklebungen im Bindegewebe kann sie effektiv, sanft und schmerzfrei wirken.

Bildgebende Verfahren haben gezeigt, dass durch die Anwendung der Tiefenoszillation ein effektives Verschieben der Lymphe im Lymphsystem gefördert wird – was beim Abbau von Ödemen helfen kann.

Wie die Tiefenoszillation genau funktioniert, welche Bedeutung sie für die Therapie hat und worauf man achten sollte, findet ihr im unteren Textteil.

Tiefenoszillation (Deep Oscillation) bei Lymphödemen

Was ist Tiefenoszillation?

Die Tiefenoszillation, auch bekannt unter dem patentierten Namen "Deep Oscillation", ist eine Elektrotherapie, bei der durch ein pulsierendes elektrostatisches Feld während der Behandlung tief (bis zu 8cm) in das Gewebe eingewirkt wird. Dadurch wird das Bindegewebe sanft in Schwingung versetzt.

In diesem Zusammenhang bezeichnet **Oszillation** eine rhythmische Schwingung oder ein wiederholtes Hin- und Herbewegen. Bei der **Tiefenoszillation** wird durch das pulsierende elektrostatische Feld eine mechanische Vibration im Gewebe erzeugt. Diese sanften Schwingungen dringen tief in das Bindegewebe ein und sollen dort physiologische Prozesse wie die Durchblutung, den Lymphfluss und die Regeneration unterstützen.

Wie funktioniert sie technisch?

Elektrotherapien werden in vielen Anwendungsbereichen eingesetzt und haben eines gemeinsam: Sie arbeiten mit elektrischem Strom. Bei der Tiefenoszillation fließt der Strom jedoch nicht direkt durch den Körper, sondern erzeugt ein elektrostatisches Feld, das die gewünschte Wirkung im Gewebe entfaltet.

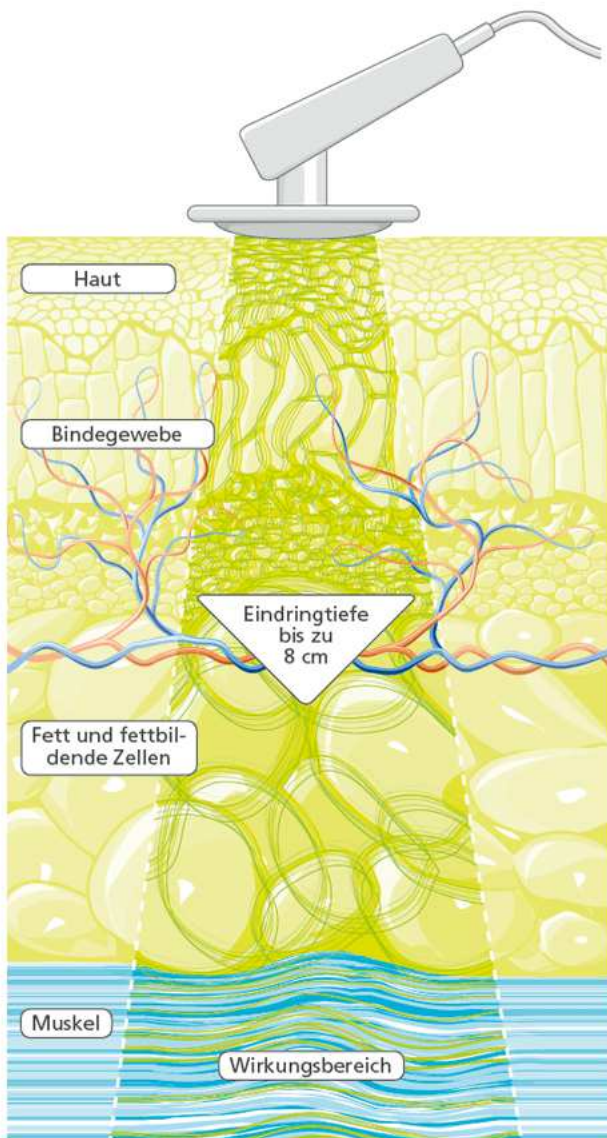
Technisch gesehen arbeitet die Tiefenoszillation mit gepulster Hochspannung. Dabei wird eine Elektrode mit einer niederfrequent gepulsten Gleichspannung aufgeladen. Im Gegensatz zu Wechselstrom, bei dem die Polarität ständig wechselt, bleibt die Polarität hier gleich, und die Spannung wird rhythmisch ein- und ausgeschaltet. Dadurch entsteht das pulsierende elektrostatische Feld. Das Gerät ermöglicht die Einstellung von Frequenzen zwischen 5 und 250 Hz (Hertz). **Frequenz und Pulsation:** Die Frequenz bestimmt, wie schnell das elektrische Feld pulsiert – also, wie oft pro Sekunde der Wechsel von "An" und "Aus" oder die Änderung des Feldes stattfindet. Eine Frequenz von 5 Hz bedeutet, dass das Feld 5 Mal pro Sekunde pulsiert, während bei 250 Hz das Feld 250 Mal pro Sekunde pulsiert.



Schwingung im Gewebe: Die pulsierenden Felder erzeugen im Gewebe **mikroskopische Bewegungen**, die man als **Schwingungen** bezeichnen könnte. Diese Schwingungen sind allerdings nicht so stark wie bei klassischen mechanischen Vibrationen, sondern viel feiner und tiefgreifender.

Die **Frequenz des Feldes** beeinflusst die Art dieser Bewegungen: Bei einer höheren Frequenz (z. B. 250 Hz)

wird das Gewebe schneller stimuliert, während bei einer niedrigeren Frequenz (z. B. 5 Hz) die Bewegungen langsamer und sanfter sind.



Wirkung der Frequenzen: Verschiedene Frequenzen haben unterschiedliche Auswirkungen auf das Gewebe und die physiologischen Prozesse:

Niedrigere Frequenzen (z. B. 5–20 Hz) wirken eher auf die **tieferen Gewebeschichten**, fördern die **Durchblutung** und können **Schmerzlinderung** unterstützen.

Höhere Frequenzen (z. B. 100–250 Hz) wirken auf die **oberflächlicheren Gewebeschichten** und können die **Zellregeneration** und die **Lymphzirkulation** fördern.

Durch die Frequenz des pulsierenden Feldes wird eine **Schwingung im Gewebe** auf der gleichen Frequenz erzeugt. Das bedeutet, dass die Frequenz des elektrischen Feldes mit der **Art der Gewebebewegung** übereinstimmt.

Unterschiedliche Frequenzen können also unterschiedliche physiologische Effekte erzielen.

Wie wird Tiefenoszillation angewendet?

Für die Therapie hält der Patient ein Titan-Kontaktelement locker zwischen den Fingern, sodass eine Verbindung zum Gerät hergestellt wird. Der Therapeut trägt entweder spezialisierte Handschuhe oder einen Handapplikator, der mit dem Gerät verbunden ist. Unter dem Handschuh oder Applikator entsteht ein pulsierendes elektrostatisches Feld, das je nach eingestellter Frequenz das Gewebe stimuliert. Diese pulsierenden Felder bewirken mikroskopische Bewegungen im Gewebe, die eine sanfte Vibration auslösen. Diese Vibrationen wirken tief in den Gewebeschichten und fördern verschiedene physiologische Prozesse wie die Durchblutung, den Lymphfluss und die Geweberegeneration.

Die Art der Vibrationen und deren Intensität hängt von der gewählten Frequenz ab. Niedrigere Frequenzen (z. B. 5–20 Hz) wirken auf tiefere Gewebeschichten, während höhere Frequenzen (z. B. 100–250 Hz) eher oberflächliche Gewebeebenen ansprechen. So kann die Therapie individuell auf die Bedürfnisse des Patienten angepasst werden.



Titan-Kontaktelement



Vinyl Handschuhe



Hand-Applikator



DEEP OSCILLATION® Personal wurde für den individuellen, mobilen Einsatz konzipiert. Neu in der Pro-Version: durch die individuelle Einstellung von Frequenz, Tastverhältnis und Therapiedauer lässt sich die Tiefenoszillation exakt an die gewünschte Behandlung anpassen.

Eine **Tiefenoszillation**-Therapiesession für Lymphödem-Betroffene dauert in der Regel zwischen **20 und 30 Minuten**, abhängig von der individuellen Behandlung und den betroffenen Bereichen. Die Dauer kann jedoch je nach den Bedürfnissen des Patienten und dem Zustand des Gewebes angepasst werden. In der Regel wird die Therapie über einen Zeitraum von mehreren Sitzungen durchgeführt, die eine kontinuierliche Verbesserung des Lymphabflusses und der Geweberegeneration unterstützen.

In Bezug auf die Funktionsweise von Tiefenoszillation, wenn der Patient ein Titan-Kontaktelement in der Hand hält und der Therapeut Handschuhe trägt, funktioniert es folgendermassen:

- Das Gerät selbst erzeugt das elektrostatische Feld durch einen speziellen Handapplikator oder Kontaktpunkt, der mit einem elektrischen System verbunden ist. Dieser Applikator wird in der Regel vom Therapeuten geführt.
- Das Titan-Kontaktelement in der Hand des Patienten wird in der Regel nicht direkt an das Gerät angeschlossen, sondern dient als "Leiter" für das elektromagnetische Feld. Der Patient bildet dabei einen Teil des geschlossenen Kreises, über den die Energie fließt.
- Die Handschuhe des Therapeuten sind ebenfalls mit dem Gerät verbunden und ermöglichen es, das elektrische Feld durch den Körper des Patienten zu leiten. Das Titanstück fungiert als eine Art "Punkt", über den das elektromagnetische Feld in den Körper des Patienten übertragen wird.

Das Gerät erzeugt also ein elektromagnetisches Feld, das über die Haut und die Gewebe des Patienten hindurchgeht und so die gewünschten therapeutischen Effekte erzielt, ohne dass der Patient direkt mit dem Gerät verbunden sein muss.

Es ist ein systematischer Energieaustausch, bei dem der Patient durch das Titan-Kontaktelement das Feld empfängt und der Therapeut durch die Handschuhe die Wirkung verstärken und lenken kann.

Häufigkeit der Anwendung:

Für eine optimale Wirkung wird die Tiefenoszillation häufig **2-3 Mal pro Woche** empfohlen, vor allem in den frühen Phasen der Behandlung. Bei fortschreitender Verbesserung kann die Häufigkeit reduziert werden. Die genaue Anzahl und Häufigkeit der Sitzungen sollten jedoch immer individuell in Absprache mit dem behandelnden Therapeuten festgelegt werden.

Ergänzung zur manuellen Lymphdrainage:

Es ist wichtig zu betonen, dass die Tiefenoszillation **die manuelle Lymphdrainage (MLD) nicht ersetzt**, sondern **optimal ergänzt**. Während die MLD eine manuelle Technik ist, die darauf abzielt, den Lymphfluss durch manuelle Massage und Stimulation zu fördern, wirkt die Tiefenoszillation mit ihrem pulsierenden elektrostatischen Feld tiefer in das Gewebe hinein und fördert ebenfalls den Lymphfluss, die Geweberegeneration und die Durchblutung. Die beiden Therapieansätze können sehr gut zusammenarbeiten, da die Tiefenoszillation zusätzliche Stimulation für die Lymphgefäße und das Gewebe bietet, während die MLD die manuelle Unterstützung des Lymphabflusses verstärkt.

Die Kombination der beiden Therapien kann somit eine sehr effektive Methode sein, um den Lymphfluss zu verbessern, Schwellungen zu reduzieren und den Heilungsprozess zu fördern.

Anwendungsbereiche

Die Anwendungsbereiche der Tiefenoszillation sind vielfältig. Nicht nur Lymphödem-Betroffene können von der tiefenwirksamen Wirkung der Schwingungen im Bindegewebe profitieren. Diese Therapie ist besonders effektiv bei der Behandlung von Fibrosen (verklebtes Faszienengewebe) und hilft, lokale Schwellungen (Ödeme) zu reduzieren.

Grundsätzlich zeigt die Tiefenoszillation positive Effekte in den folgenden Bereichen:

- Förderung der Wundheilung
- Reduktion von Schmerzen
- Abbau lokaler Ödeme
- Entzündungshemmung
- Verbesserung der Beweglichkeit

Durch die tiefenwirksame Stimulation des Gewebes werden diese Prozesse gezielt unterstützt, was eine schnellere Genesung und eine spürbare Linderung der Beschwerden zur Folge hat.

Wann Tiefenoszillation nicht angewendet werden darf

Die **Tiefenoszillation** sollte in bestimmten Fällen **nicht angewendet** werden. Hier sind einige Kontraindikationen, bei denen die Therapie vermieden oder nur unter ärztlicher Aufsicht eingesetzt werden sollte:

1. **Akute Entzündungen:** Bei akuten Entzündungen, insbesondere mit Fieber oder Eiterbildung, kann die Tiefenoszillation die Entzündung verstärken und sollte vermieden werden.
2. **Tumorerkrankungen:** In der Nähe von Tumoren oder im Bereich aktiver Krebsbehandlungen sollte die Tiefenoszillation nicht angewendet werden, da die Stimulation von Gewebe möglicherweise das Wachstum von Tumoren begünstigen könnte.
3. **Herzschrittmacher oder implantierte medizinische Geräte:** Bei Patienten mit Herzschrittmachern oder anderen implantierten elektronischen Geräten sollte die Anwendung vermieden werden, da die gepulste Hochspannung die Geräte stören könnte.
4. **Offene Wunden oder frische Narben:** Bei offenen Wunden oder frisch verheilten Haut sollte die Therapie nicht angewendet werden, da die Reizung das Heilungsumfeld stören könnte.
5. **Schwangerschaft:** In der Schwangerschaft, insbesondere im ersten Trimester, wird von der Anwendung abgeraten, um potenzielle Risiken für das ungeborene Kind zu vermeiden. In späteren Stadien der Schwangerschaft sollte nur unter ärztlicher Aufsicht behandelt werden.
6. **Blutgerinnungsstörungen:** Bei Patienten mit Störungen der Blutgerinnung, wie z. B. einer erhöhten Blutungsneigung, sollte die Tiefenoszillation nur nach Rücksprache mit einem Arzt angewendet werden.
7. **Akute Herz-Kreislauf-Erkrankungen:** Bei schwerwiegenden Herz-Kreislauf-Erkrankungen, wie etwa akutem Herzversagen oder schwerem Bluthochdruck, sollte die Tiefenoszillation vermieden werden.

8. **Infektionen:** Wenn eine Infektion vorliegt, sollte die Anwendung nicht erfolgen, da die Therapie die Ausbreitung von Bakterien oder Viren begünstigen könnte.

Es ist wichtig, dass die Therapie **immer in Absprache mit einem Arzt oder Therapeuten** durchgeführt wird, insbesondere wenn eine der oben genannten Bedingungen vorliegt. Eine umfassende Diagnose und individuelle Beratung sind entscheidend, um sicherzustellen, dass die Behandlung sicher und effektiv ist.

Fazit

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Tiefenoszillation eine vielversprechende Therapiemethode für Menschen mit Lymphödem darstellt. Die Anwendung zeigt positive Ergebnisse in der Schmerzreduzierung, der Verbesserung der Beweglichkeit und der Unterstützung der Entstauung. Besonders bei chronischen Erkrankungen wie Lymphödem kann die Tiefenoszillation einen wichtigen ergänzenden Beitrag zur klassischen Therapie leisten, indem sie die Heilung unterstützt und die Lebensqualität der Betroffenen verbessert. Es bleibt jedoch wichtig, dass die Therapie individuell angepasst wird, um optimale Ergebnisse zu erzielen.