

Medical Taping, wonder tape bij lymfoedeem

Door Josya Sijmonsma, oedeem-fysiotherapeut en medical taping instructeur

Nieuwe methode

Mensen die het voor het eerst zien, vinden het spectaculair: de ingewikkelde, soms gekleurde tapes die sinds enige jaren ook gebruikt worden bij de behandeling van lymfoedeem. Sinds een jaar of tien wordt deze behandeling, die zijn oorsprong vindt in Azië, in Nederland steeds meer toegepast. Aanvankelijk slechts door een paar therapeuten in Nederland, maar vanwege de goede behandelresultaten is de methode al snel toegenomen in populariteit. Tegenwoordig kennen de meeste oedeemtherapeuten in Nederland deze vorm van behandeling en wordt het door zeer veel fysio- en oedeemtherapeuten succesvol toegepast.

Toch is Medical Taping bij het grote publiek nog altijd relatief onbekend en wordt de methode nog steeds niet door alle behandelaars in Nederland erkend en toegepast. Daar zijn twee redenen voor. Ten eerste duurt het lang voordat een nieuwe behandelmethode ingeburgerd raakt, ten tweede klinkt het inderdaad nogal ver gezocht dat je een soort pleister zou kunnen plakken om oedeem tegen te gaan. Het klinkt als het bekende kusje op de zere plek wanneer een kind zich pijn doet.



Behandeling van primair lymfoedeem, met de lymftape wordt een omleiding naar de lage rug gemaakt omdat de klierstations in lies en buik onvoldoende werken. Hier in combinatie met een kous voor compressietherapie.

Waarom werkt het?

De eerste vragen die mensen stellen als ze geconfronteerd worden met deze tape methode, zijn ook altijd dezelfde: waarom werkt het en zitten er toegevoegde stoffen in?

Om maar met het laatste te beginnen, er zijn geen toegevoegde stoffen verwerkt in de tape. De tape is gemaakt van zuiver katoen, die rekbaar is gemaakt doordat er elastische vezels tussen de katoenen vezels zijn gevlochten. En precies die elasticiteit is het geheim achter de werkzaamheid van het tape materiaal.

De mate van rekbaarheid van de tape komt ongeveer overeen met de mate van rekbaarheid van de eigen lichaamshuid. De effecten die met Medical Taping kunnen worden gehaald, worden bereikt door gebruik te maken van die elastische eigenschap.

Bij de meeste toepassingsvormen wordt de huid in gerekte positie gebracht door beweging of door de hand van de therapeut. Vervolgens wordt de tape aangebracht zonder dat de tape zelf verder op rek wordt gebracht. Bij terugkeer naar de normale houding heeft de elasticiteit van de tape ten opzichte van de elasticiteit van de huid het effect dat de huid als het ware iets wordt opgetild. Zo ontstaat er wat ruimte in de laag van het weefsel juist onder de opperhuid, en precies in deze laag liggen onder andere de uiteindjes van de lymfevatjes die ervoor moeten zorgen dat de lymfe uit het weefsel wordt opgenomen en afgevoerd.

De opname van lymfevocht uit het weefsel gebeurt normaal gesproken onder invloed van drukverschillen in het lymfevat en het omringende weefsel. Ook het eerste deel van het transport van de lymfe in de lymfevatjes gebeurt doordat er drukverschillen bestaan tussen de opeenvolgende segmentjes van het lymfevatje. Pas verderop in het lymfestelsel, als de vaatjes langzaam samenvoegen en groter worden, zijn er ook kleppen in het lymfevat aanwezig die terugstroom van de lymfe kunnen tegengaan. Nog een beetje verderop binnen het lymfevat zijn de wanden van de vaatjes voorzien van glad spierweefsel wat door samentrekken ervoor zorgt dat de lymfe verder wordt afgevoerd. Maar de opname van lymfe in het lymfevatje én het eerste gedeelte van het transport gebeurt dus alleen onder invloed van drukverschillen.

Tijdens de manuele lymfe drainage probeert de therapeut daarvan gebruik te maken. Met de vingertoppen wordt de huid iets opgenomen en met een kleine, zachte beweging wordt een lichte na-druk gemaakt in de richting waarin de lymfe wordt afgevoerd. De therapeut creëert met de vingers ruimte in het weefsel en

een geringe druk in de richting van de lymfestoornis. Dat is exact het effect wat met Medical Taping ook bereikt wordt.



Toepassing lymfe tape bij whiplash

Door de tape aan te leggen in smalle strookjes die steeds wat diagonaal liggen over het verloop van het lymfevat, ontstaan er drukverschillen in het lymfevatje. Onder de tapestrookjes heerst een wat lagere druk, onder de huid die niet bedekt wordt met tape is de druk wat hoger. De drukverschillen in het lymfevatje worden op die manier benadrukt en daardoor wordt de lymfestoornis gestimuleerd. Op deze manier is de tape dus een soort 24-uurs lymfe drainage.

Omdat er onder de strookjes tape een lagere druk heerst dan in het weefsel er omheen, is het ook voor te stellen dat de tapestrookjes werken als een soort geleider van vocht. De druppeltjes lymfevocht kunnen langs de tapestrookjes geleid worden naar een plaats waar de lymfe gemakkelijker in het lymfestelsel kan vloeien. Op die wijze kan de ophoping van lymfevocht bij lymfoedeem geleid worden naar een plaats in het lichaam waar de lymfe wel afgevoerd kan worden.

Voordelen van Medical Taping

Voor de betrokkene met lymfoedeem biedt deze behandelwijze veel voordelen. Met Medical Taping is het mogelijk om oedeem te behandelen op plaatsen van het lichaam waar compressietherapie niet of nauwelijks mogelijk is. Denk bijvoorbeeld aan oedeem in het gezicht, of het halsgebied, of in de borst, of in de genitaalstreek.

Daarbij is de behandeling met behulp van tape veel comfortabeler dan de behandeling met behulp van compressietherapie. De tape heeft de elasticiteit van de huid en hindert de beweging niet, een goed aange-

legde tape wordt zelfs nauwelijks gevoeld. Met andere woorden, ten opzichte van de behandeling met compressietherapie verhoogt de behandeling met Medical Taping de kwaliteit van leven.

Indien gewenst, kan de lymfe tape zelfs worden toegepast in combinatie met compressietherapie, bijvoorbeeld in het gebied boven de zwachtel of de therapeutische elastische kous (TEK). Het lymfevocht wat door de zwachtel of steunkous naar boven wordt gestuwd, wordt dan met behulp van de tape verder het lichaam in geleid, zodat de 'wal' van lymfevocht boven de kous of zwachtel verholpen wordt. Omdat de tape werkt door drukverlaging en de behandeling met compressietherapie gebaseerd is op drukverhoging, is het niet zinvol om de tape aan te leggen onder de zwachtel of TEK.

De resultaten van een behandeling met Medical Taping zijn zeker niet slechter dan de resultaten van een behandeling met compressietherapie. Vaak wordt met de tape-behandeling zelfs een beter resultaat behaald.

De tape is watervast, dus douchen en baden is geen probleem, en de tape kan vijf tot zeven dagen blijven zitten voordat hij vervangen moet worden. Verder is het materiaal dat gebruikt wordt bij Medical Taping anti-allergisch, mensen met een pleisterallergie kunnen de behandeling met tape meestal goed verdragen. Het levert geen problemen op om iemand wekelijks te tappen, zelfs niet als dat jaren achter elkaar gebeurt.

En de nadelen?

De behandeling met Medical Taping biedt dus veel voordelen en er valt eigenlijk maar weinig ten nadele van de methode te zeggen. Als grootste nadeel wordt meestal gezien dat iemand afhankelijk blijft van een tweede persoon om de tape aan te leggen. Dat hoeft overigens niet altijd een therapeut te zijn, ook iemand uit de omgeving van degene met lymfoedeem kan leren om een goede lymfe tape aan te leggen. En als het te behandelen lichaamsdeel voor de betrokkene zelf goed te bereiken is, kan iemand leren om zichzelf te tappen.

Een ander nadeel kan zijn, dat iemand toch een overreactie op de tape heeft en dat er een huidirritatie ontstaat. Helaas betekent het optreden van een tape irritatie bij de behandeling van oedeem meestal dat de tape-behandeling gestaakt moet worden.

Toepasbaarheid en toekomst

Medical Taping heeft een groot toepassingsgebied. Behalve dat er invloed uitgeoefend kan worden op het lymfestelsel zodat de gevolgen van primair en secundair lymfoedeem behandeld kunnen worden, kan er met behulp van andere tape-technieken ook invloed uitgeoefend worden op andere structuren van het lichaam.

Zo heeft de toepassing van tape om misselijkheid te bestrijden, bijvoorbeeld de misselijkheid als gevolg van een chemokuur, de laatste jaren volop de belangstelling van diverse oncologische behandelcentra.

Daarnaast is het mogelijk om spieren en gewrichten



Lymfe-tape bij secundair lymfoedeem, hier in combinatie met spier- en gewrichts-tapes wegens schouderklachten.

met Medical Taping te behandelen, en kan deze behandeling zelfs gecombineerd worden met een lymfe tape behandeling. Binnen één behandeling kan dus een lymfe tape aangelegd worden, en kunnen tegelijkertijd de gevolgen van het oedeem op de aangrenzende gewrichten aangepakt worden.

In Nederland heeft Medical Taping zich al een behoorlijke plaats verworven als therapievorm. De verwachting is, dat deze in de nabije toekomst nog groter gaat worden. Omdat deze behandelvorm veel voordelen biedt voor zoveel mensen die worden geconfronteerd met de gevolgen van oedeem, wil ik hier de hoop uitspreken dat iedereen binnenkort in zijn omgeving een goede Medical Taping therapeut zal hebben. ■

Naschrift van de redactie: Voor het deskundig toepassen van de tape is het noodzakelijk dat therapeuten een cursus lymfe taping hebben gevolgd. Onoordeelkundige toepassing kan leiden tot beschadiging van de huid en zelfs wondjes, zelfs tot infecties (wondroos).

Voor meer informatie: www.fysiotape.nl.