

DRENAGEM LINFÁTICA

MANUAL

PRÁTICA

DRENAGEM DE MMII

DECÚBITO DORSAL

COM ELEVAÇÃO DOS MEMBROS

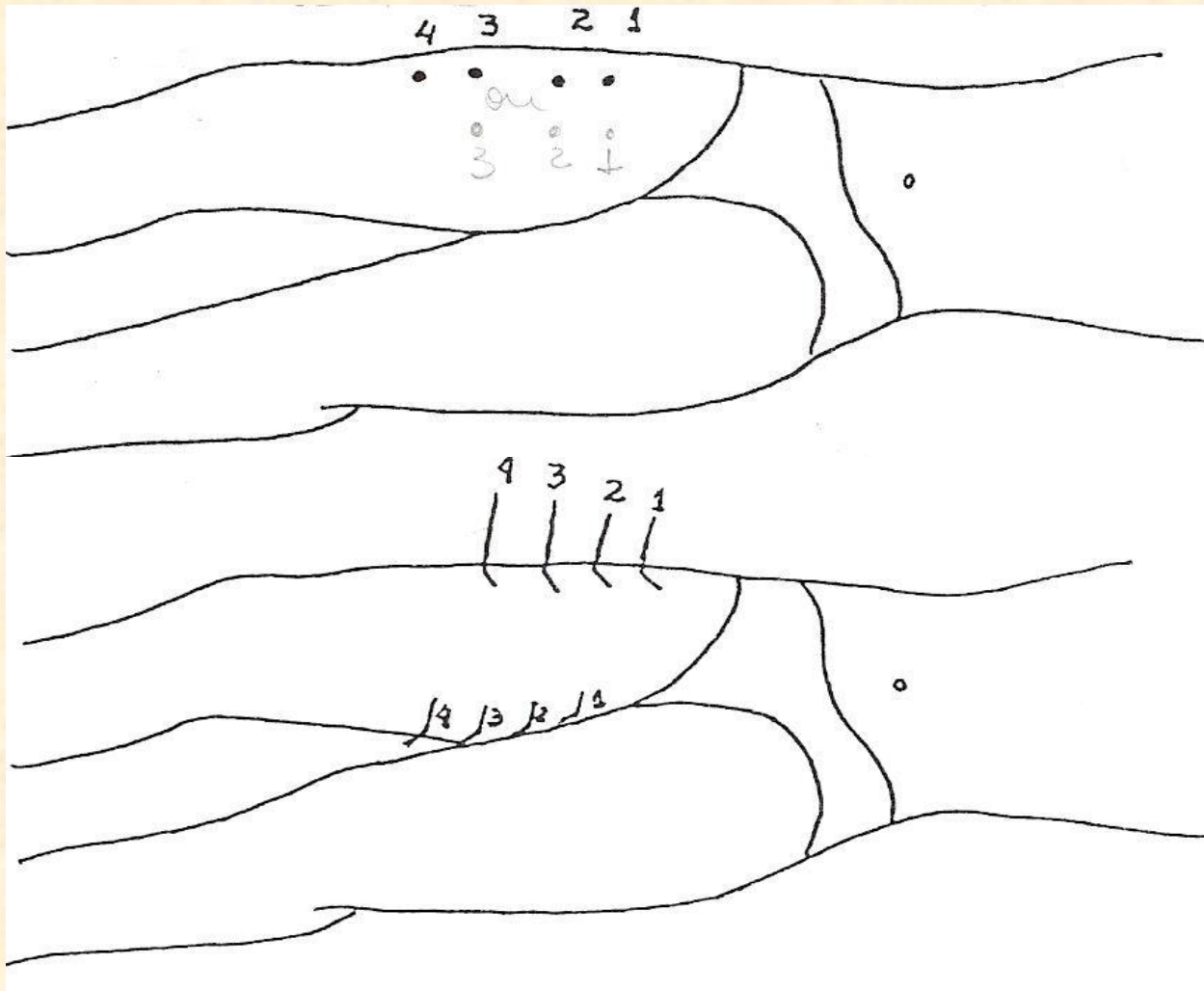
OBSERVAÇÕES:

- Bombear gânglios
- Dividir a coxa em 3/4 partes
- Iniciar sempre na parte proximal, fazer todos os movimentos, e só então passar para média e distal
- Fazer cada movimento de 3 a 9 vezes
- Seqüência: anterior, lateral e medial
- Faz tudo em um membro e depois o outro.

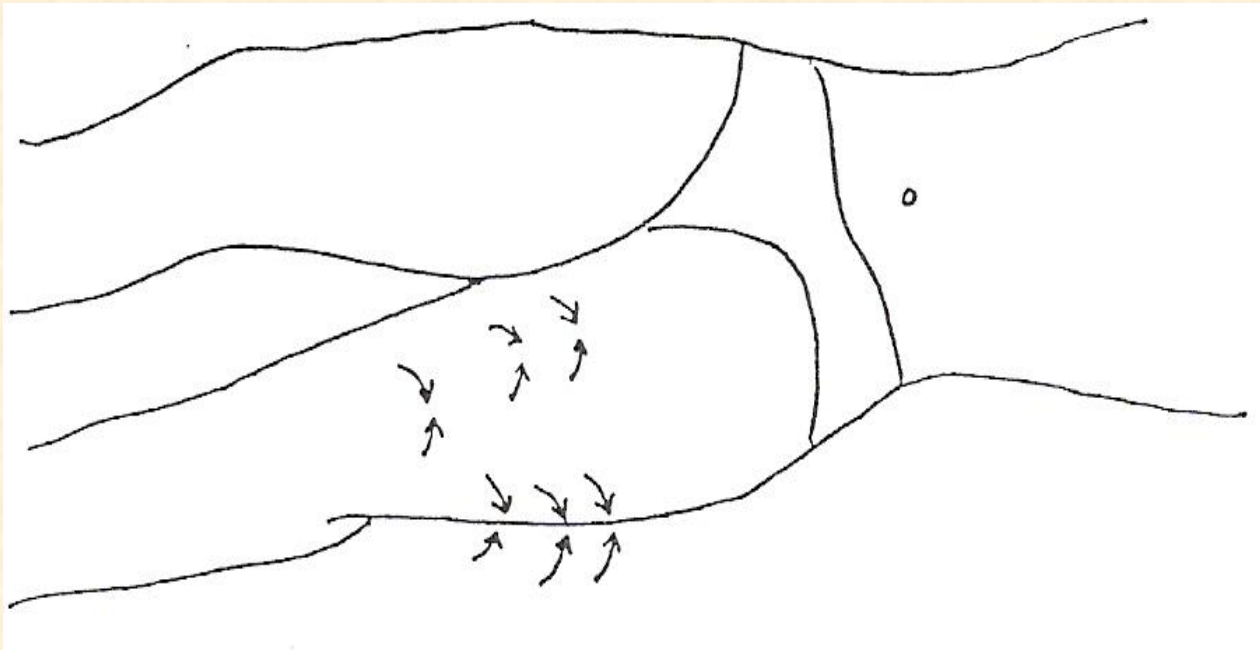
1-Bombear gânglio inguinal.

Deslizamento, apoiar com o indicador e polegar, espalmar a mão, deslizar até inguinal.

Bombear gânglio

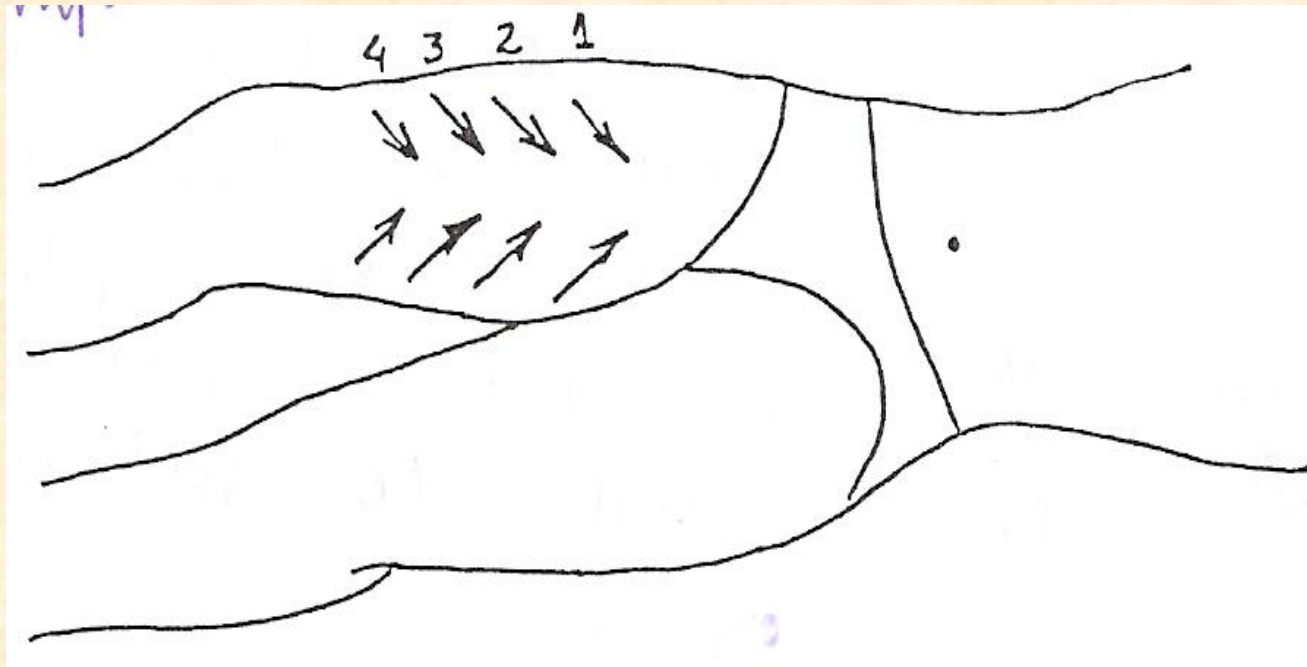


2-Pressão e descompressão - mão sobrepostas em concha, faz proximal: anterior, lateral e medial.

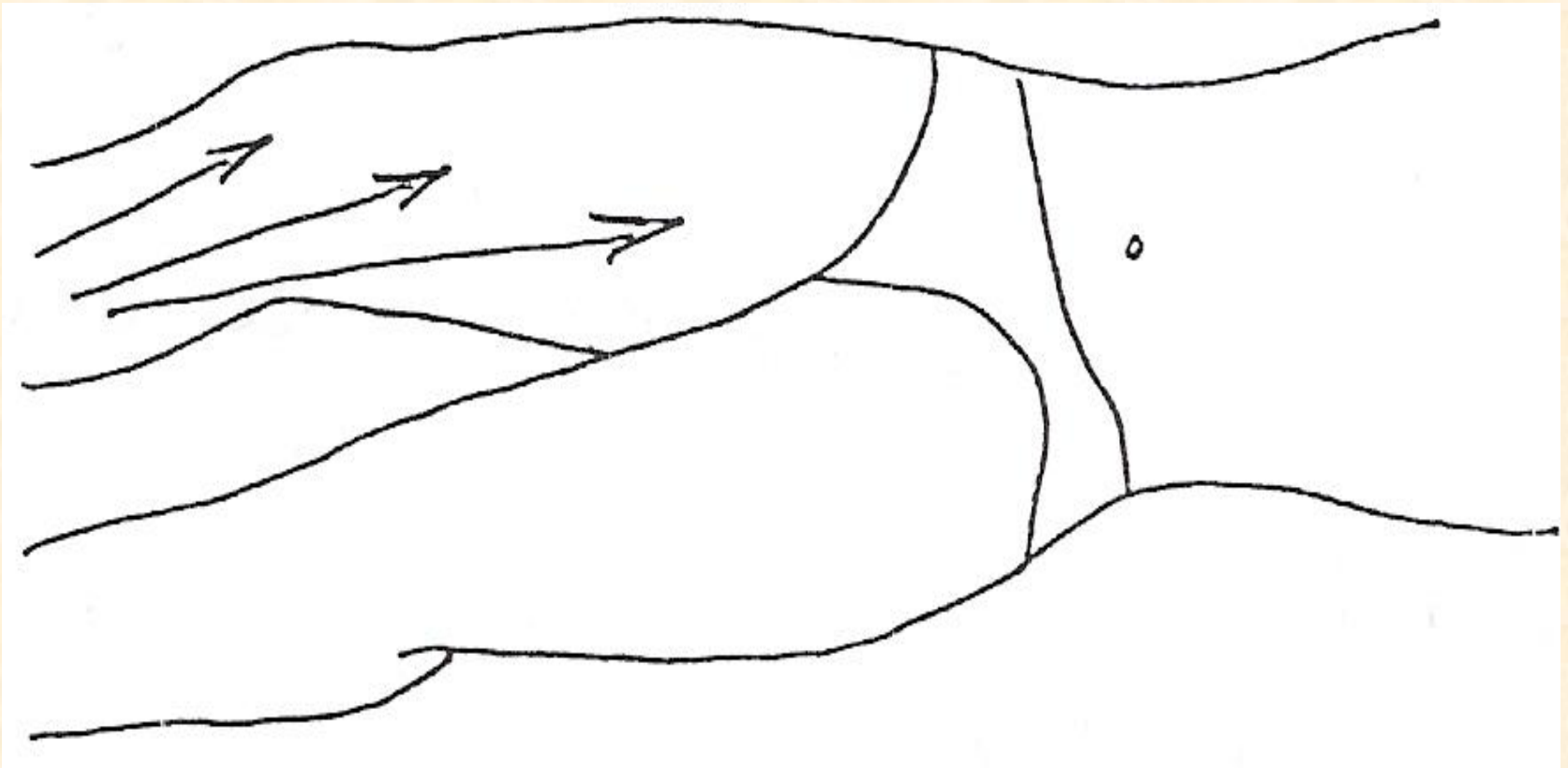


3- Pressão com deslocamento – movimento de borboleta, mexe todos os dedos, aperta e empurra.

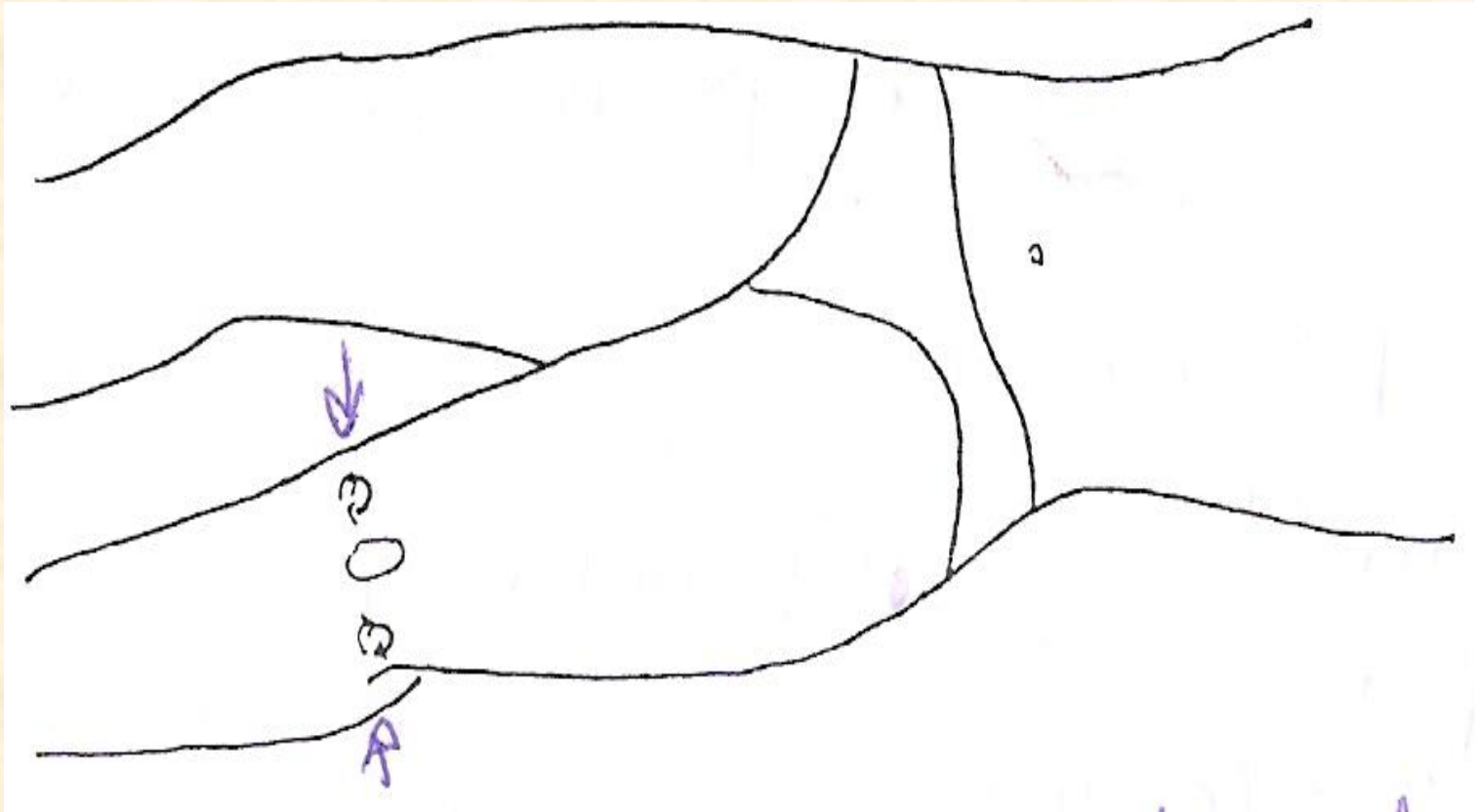
Faz lateral externa e lateral interna.



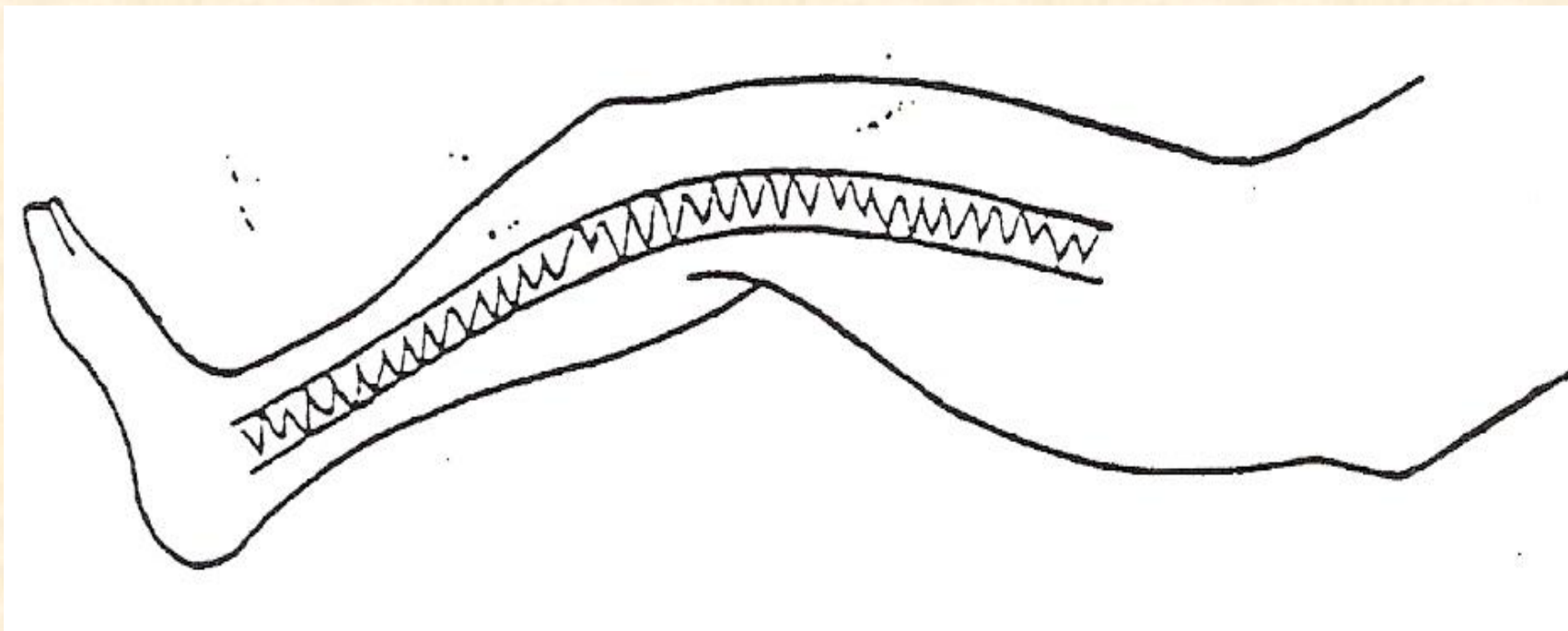
4-Deslizamento superficial na coxa
Finaliza com bombeamento do gânglio.



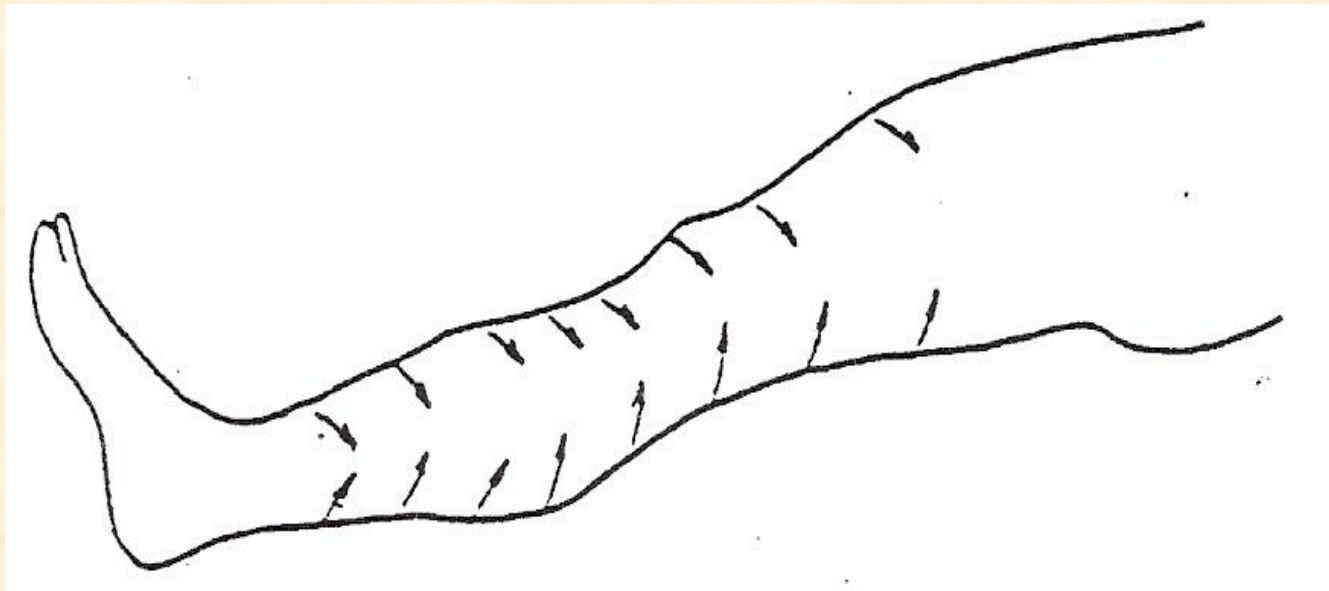
5- Pressão circular com cruzamento nas laterais da patela.



6- Pinçar suavemente com uma mão e com a outra bombear a safena com a perna semi-fletida. A mão que está por baixo faz o bombeamento.

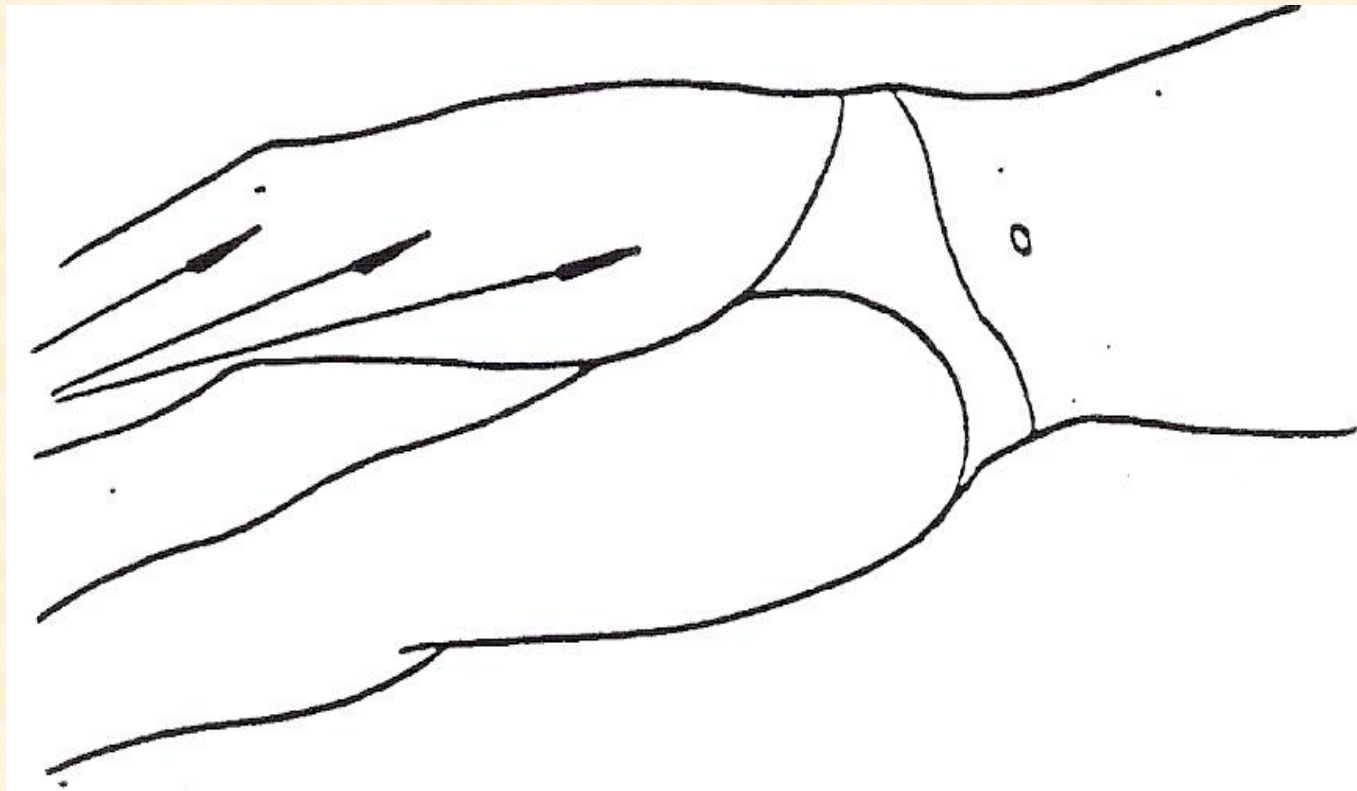


7- Pressão com deslocamento – movimento de borboleta.
Faz proximal, e no último movimento faz até gânglio inguinal, só então passa para medial e distal.
Não pressiona a articulação do joelho, desliza sobre a patela.

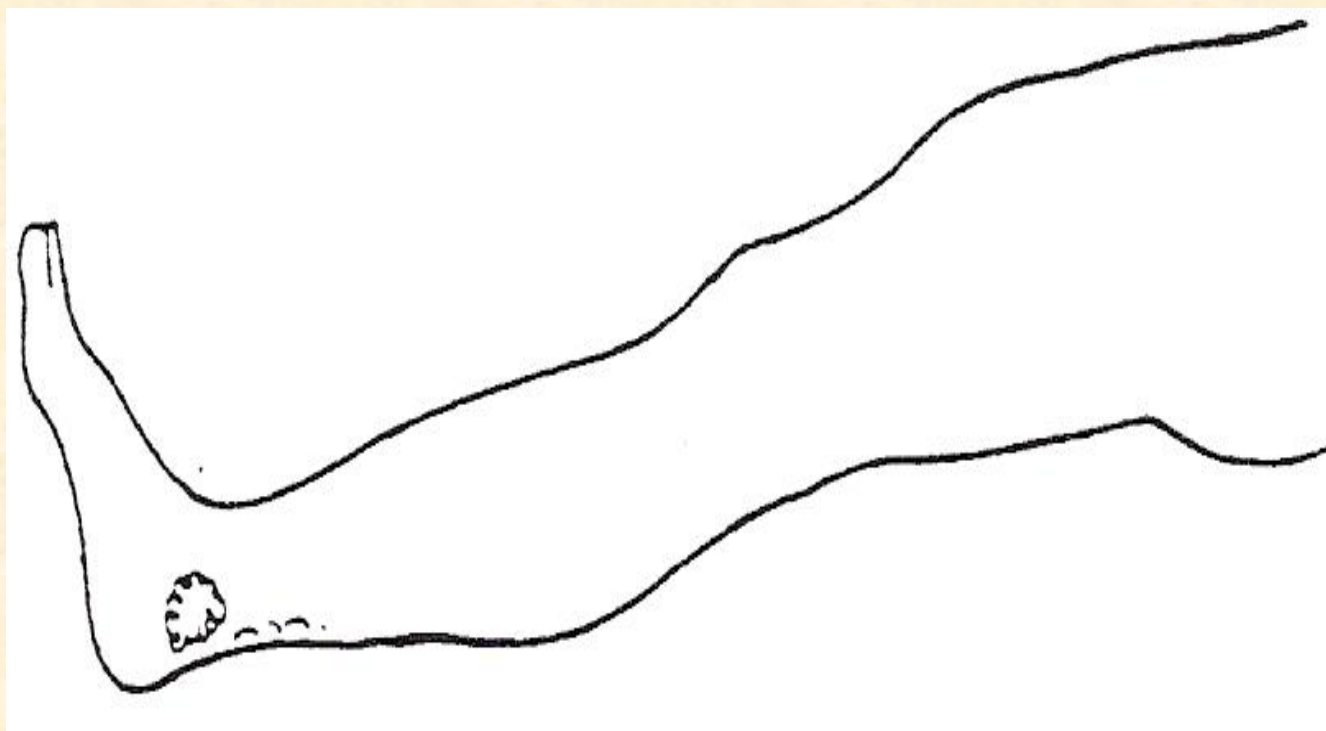


8- Deslizamento perna e coxa.

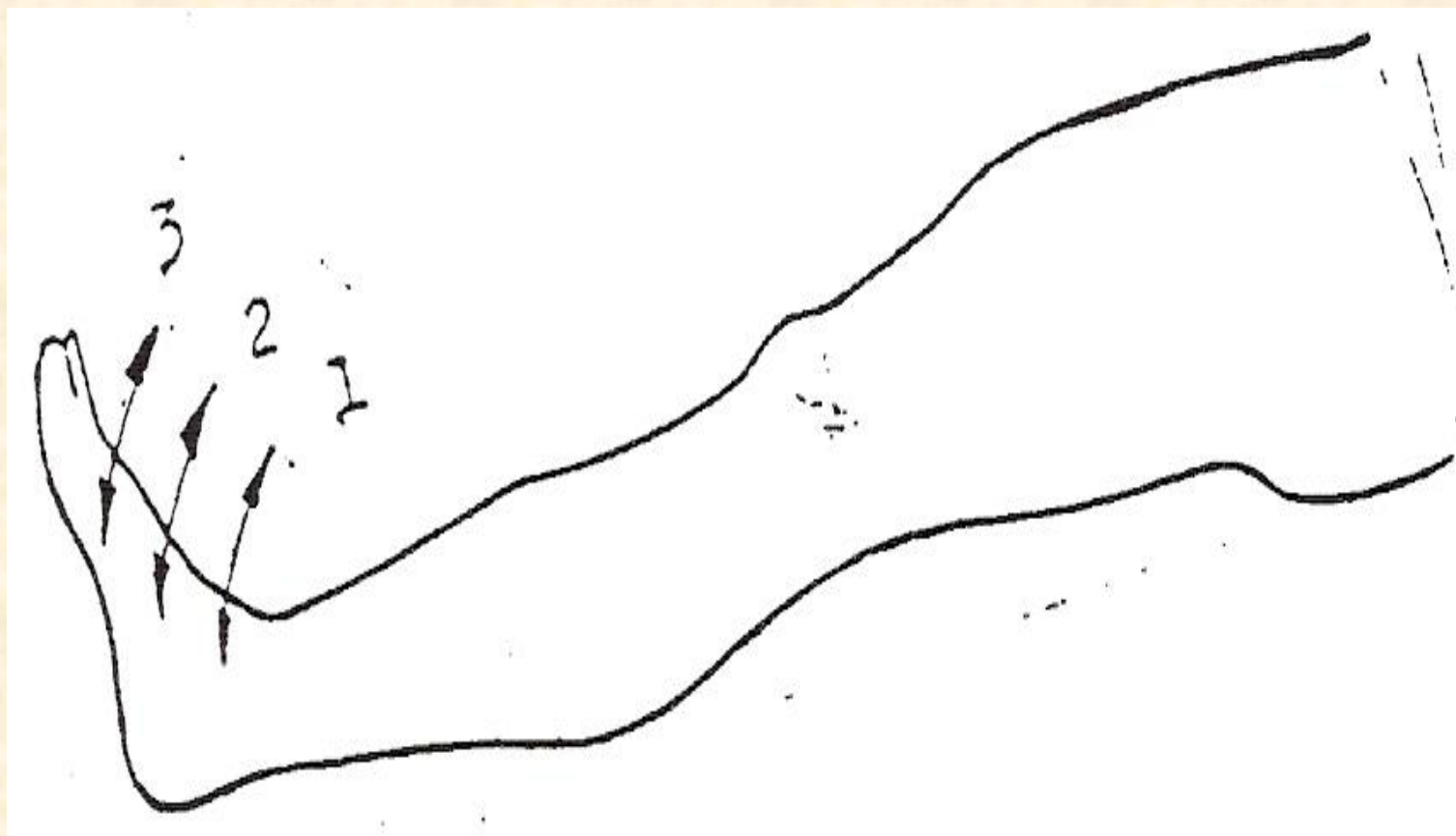
Faz anterior, lateral e distal, no final bombeia gânglio.



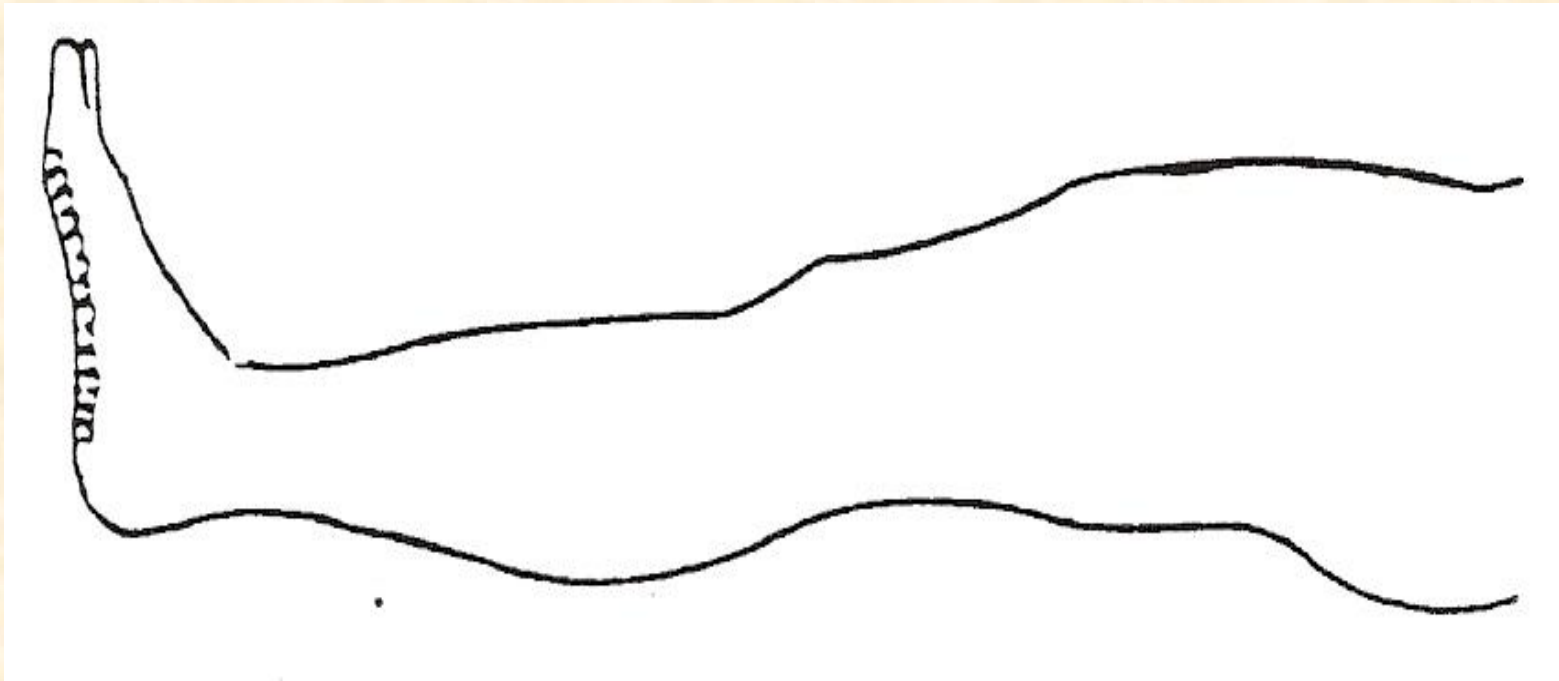
9- Movimento de pressão circular nos maléolos e no tendão de Aquiles.



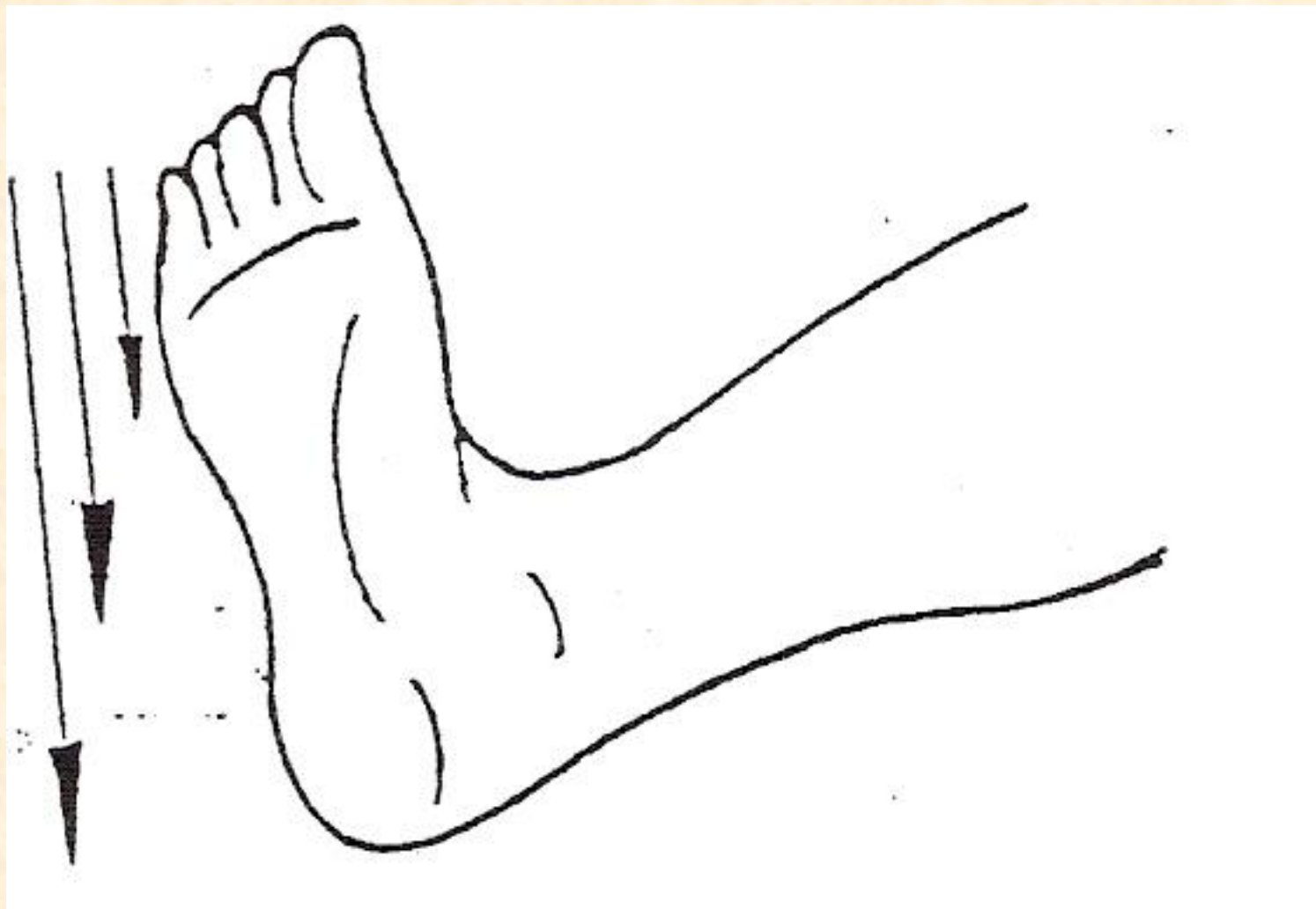
10- Deslizamento com pressão no dorso do pé,
em 3 tempos.



11- Fricção circular nas laterais do pé, 3 vezes.

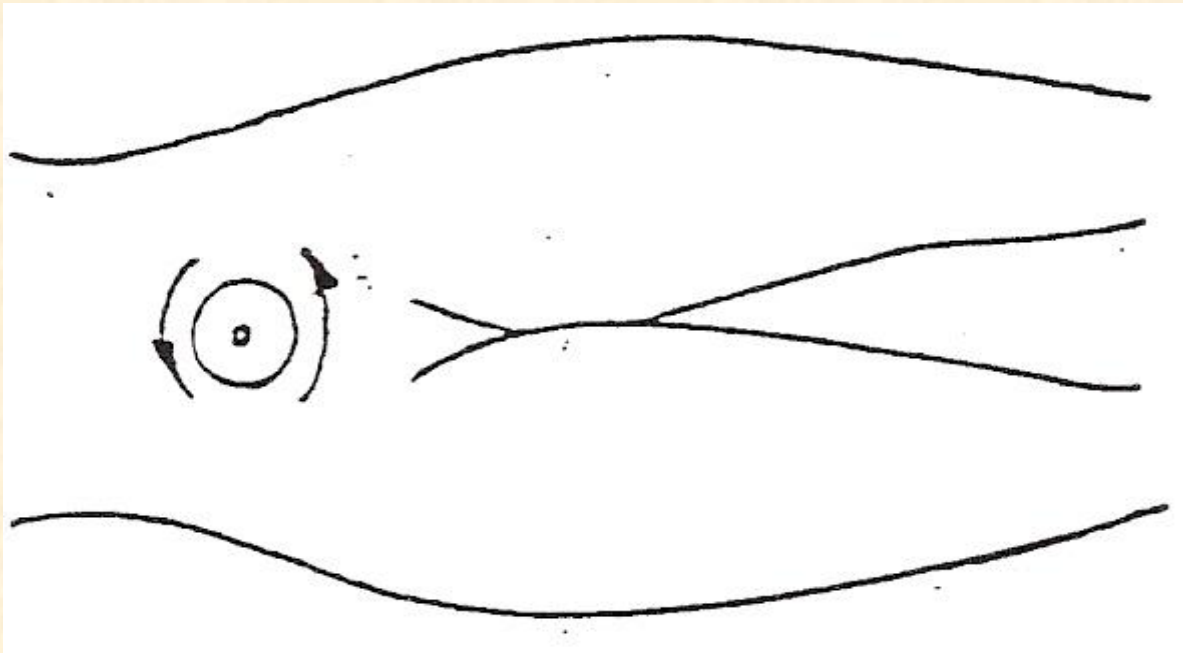


12- Friccionar com o punho fechado na plante do pé, 3 vezes.

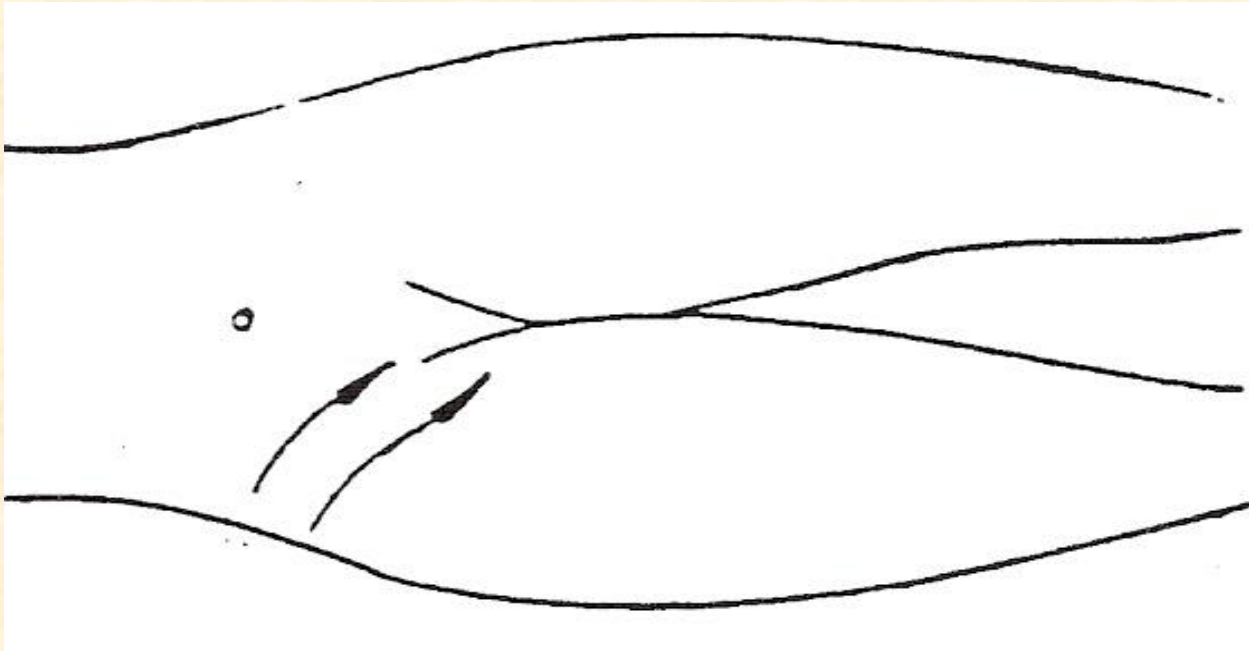


DRENAGEM ABDOMINAL

1- Fricção semi circular na região abdominal
Neste movimento trabalha o ducto bem próximo à cicatriz umbilical.



2- Trazer da região oblíqua do abdome para a região inguinal drenando e alternando as mãos de um lado e depois de outro, bombear gânglios da região inguinal.

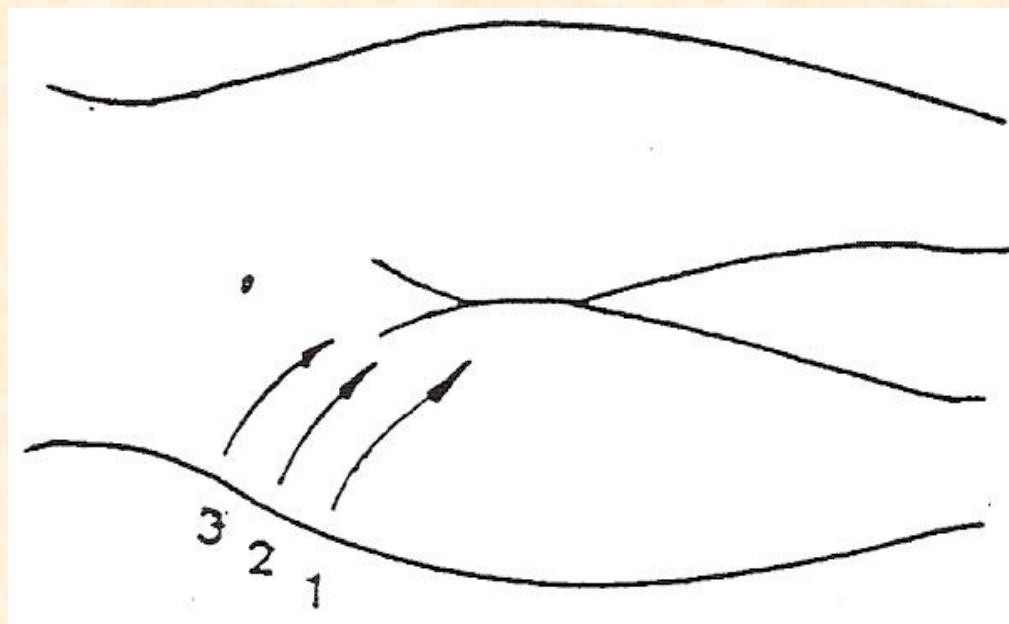


3- Da região das laterais do oblíquo do abdome para a região inguinal em 3 fases, simultaneamente, cada movimento bombear a região inguinal.

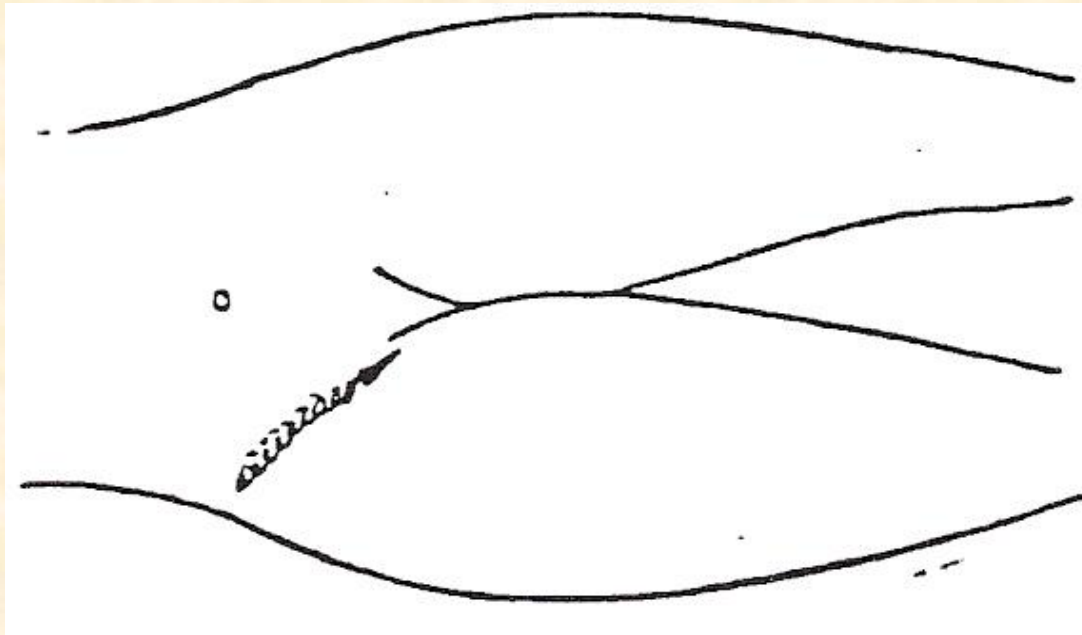
1- sob a crista ilíaca, bombeia

2- sobre a crista ilíaca, bombeia

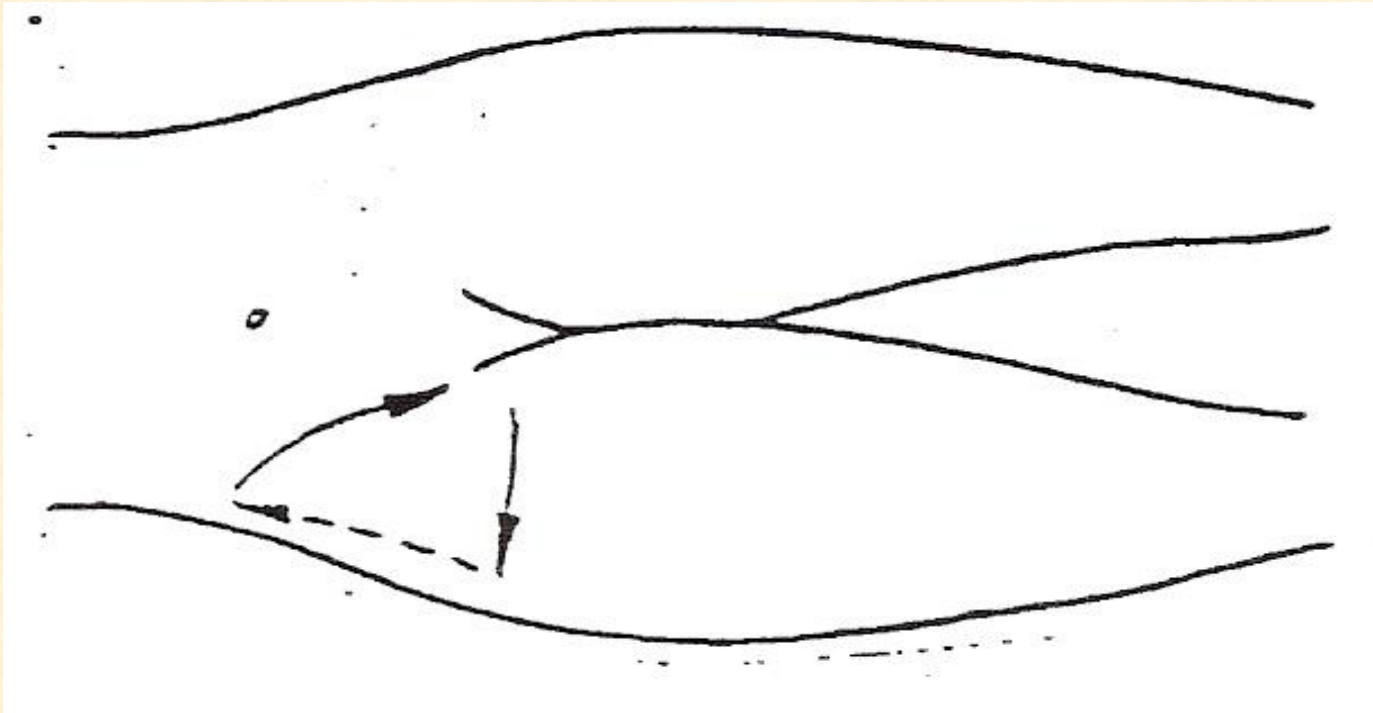
3- acima da crista ilíaca, bombeia.



4- Da região lateral de um lado e depois do outro, com uma mão sobre a outra, pressionando em movimentos circulares (sentido horário sobre a crista ilíaca) até a região inguinal.



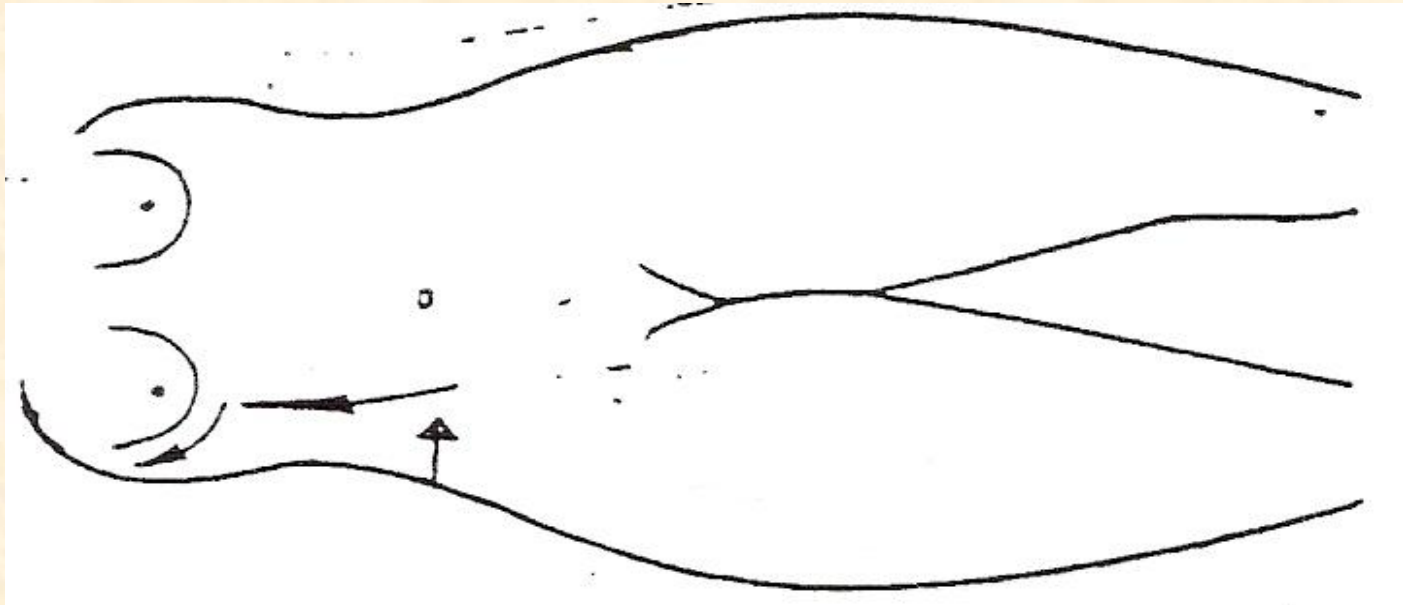
5- Subir lateralmente até a cintura, e descer carregando com as palmas das mãos na região central do abdome, bombeando a região inguinal. Não ultrapassar a cicatriz umbilical.



DRENAGEM DO TRONCO

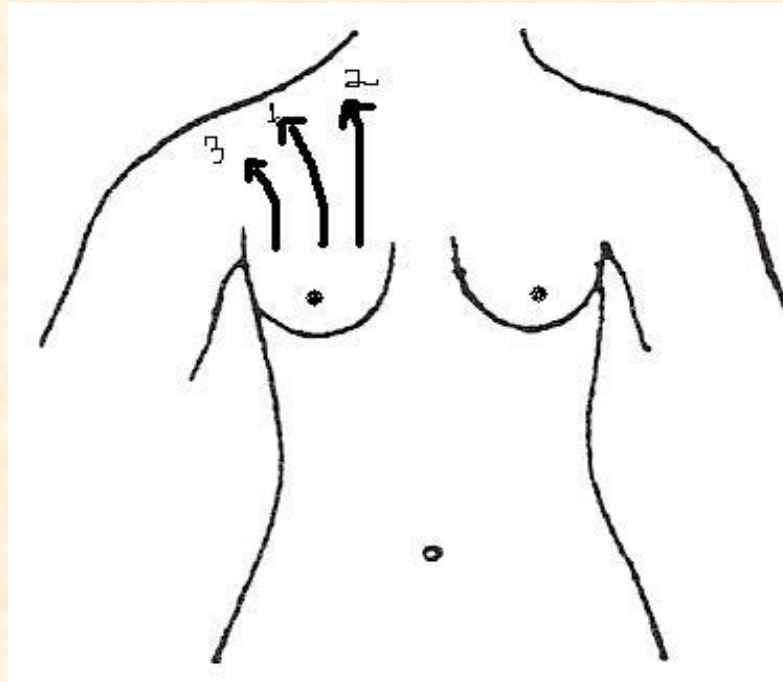
6- Bombear gânglio axilar e supra clavicular

Subir na região do reto abdominal com as mãos espalmadas contornando as mamas e drenando a região axilar, com a região tenar, dobra os dedos indicador e médio e bombeia.

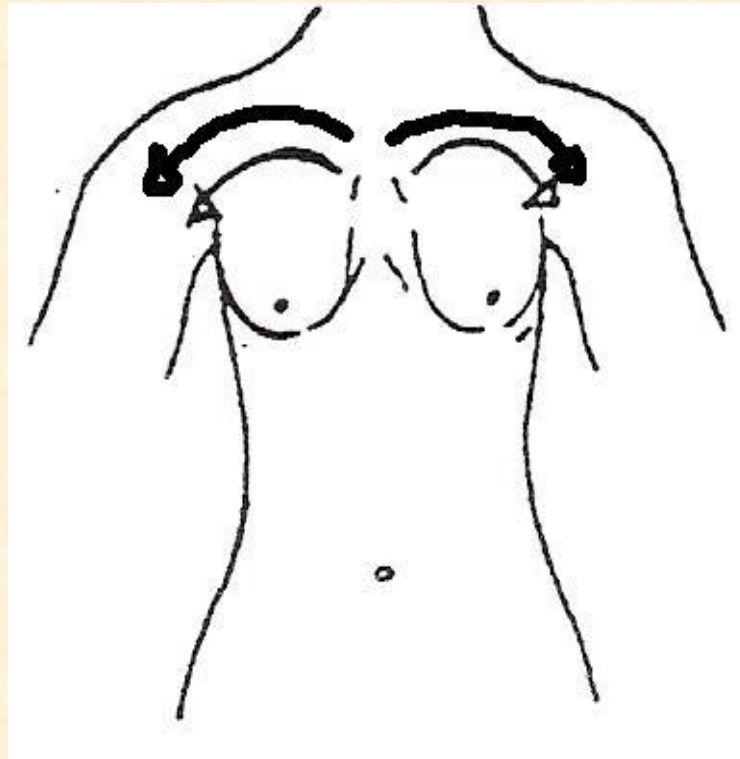


DRENAGEM PEITORAL

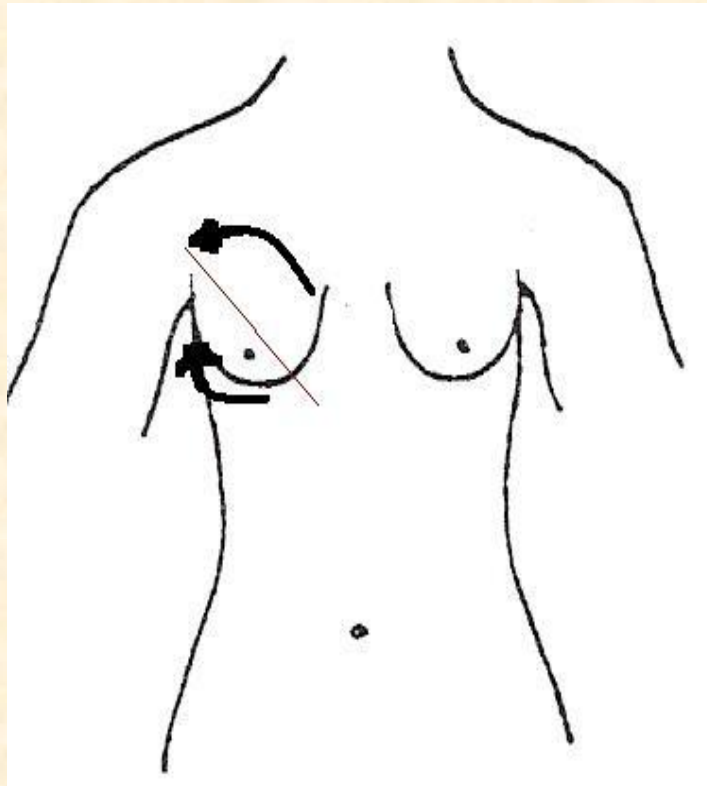
1- Sempre bombear supra e infra clavicular
Movimento de deslizamento ascendente (3 vezes cada), drena para região axilar e bombeia.



2- Contornar a mama alternadamente, drenando para axilar, bombeia.

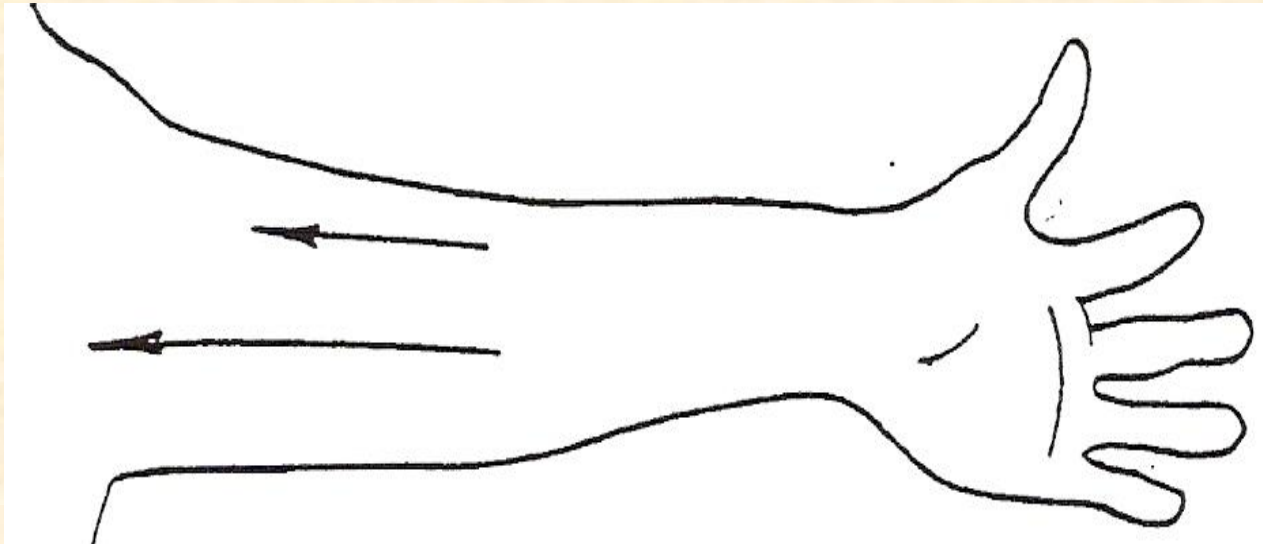
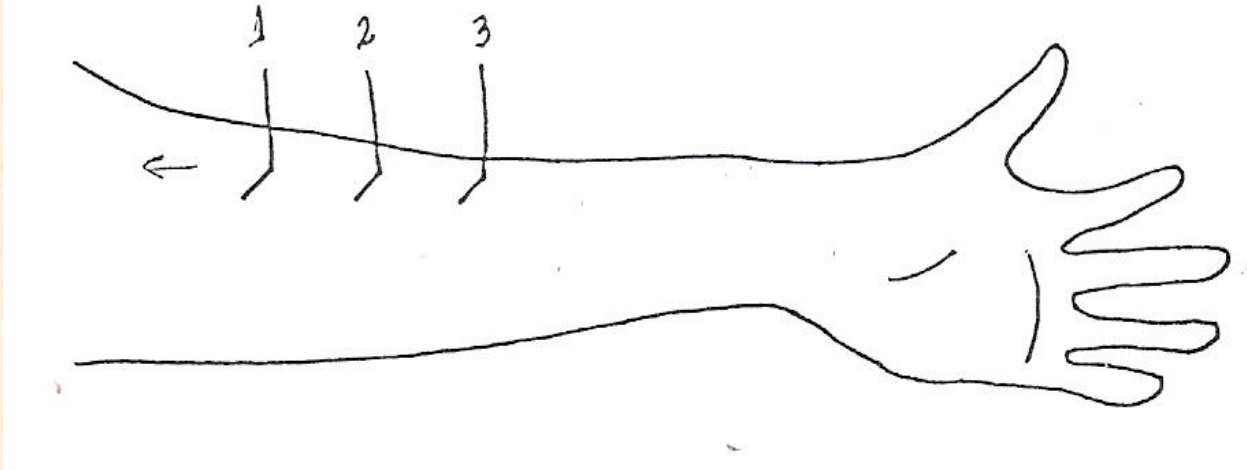


3- Com as mãos simultaneamente sobre as mamas levar para região axilar, bombeia.

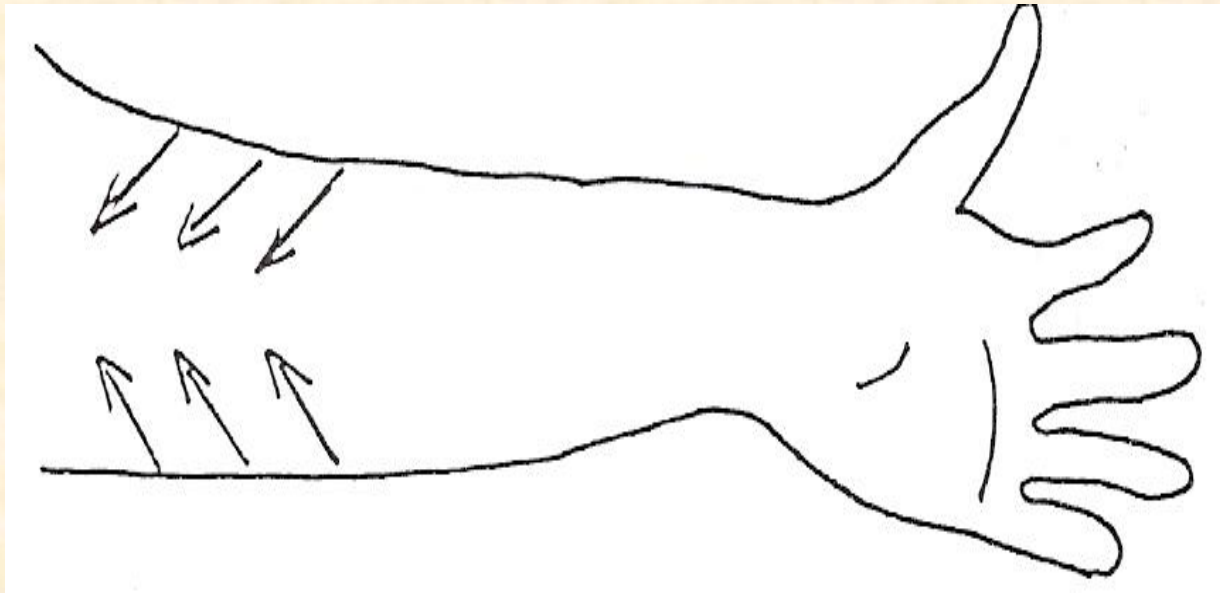


DRENAGEM MMSS

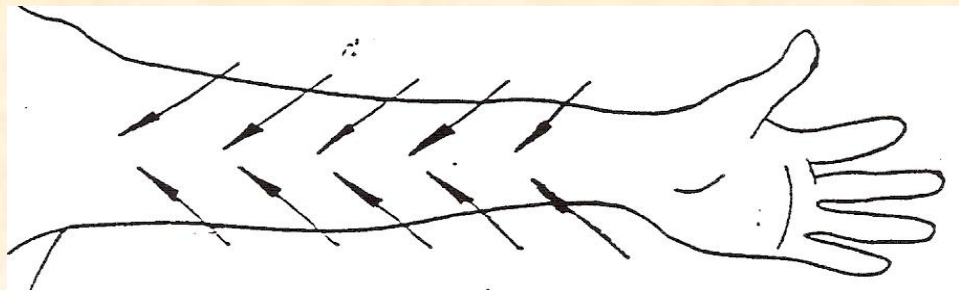
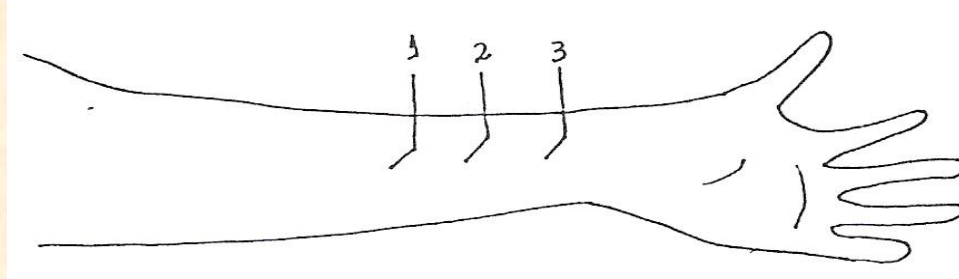
1- Deslizamento do braço e bracelete.
Proximal, medial e distal.



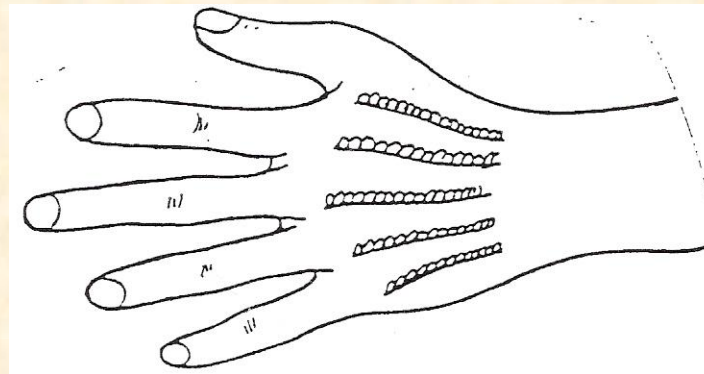
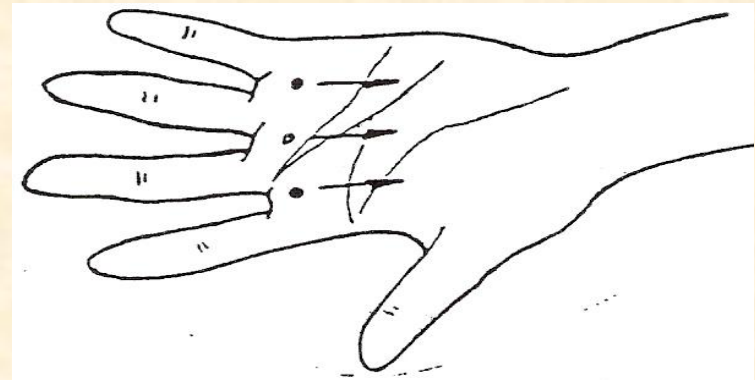
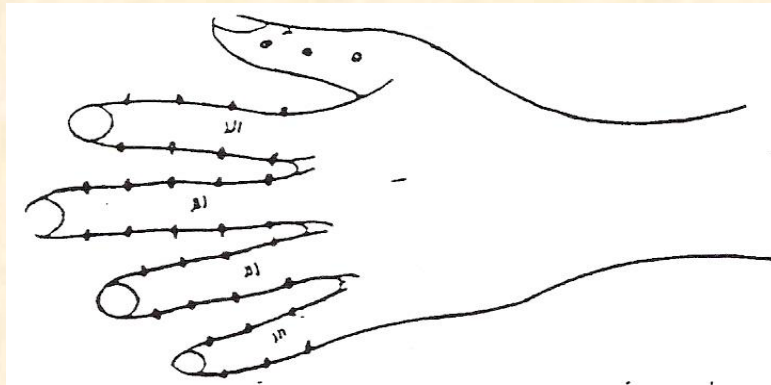
2- Pressão com deslocamento – borboleta, o polegar fica na região central.



3- Repetir os movimentos anteriores para ante braço.



- 4- Pressionar as articulações dos dedos lateralmente
- 5- Pressionar com os polegares em movimentos ascendentes, nas palmas das mãos
- 6- Pressionar com os polegares em movimentos circulares acompanhando os tendões
- 7- Finalizar com deslizamento superficial.

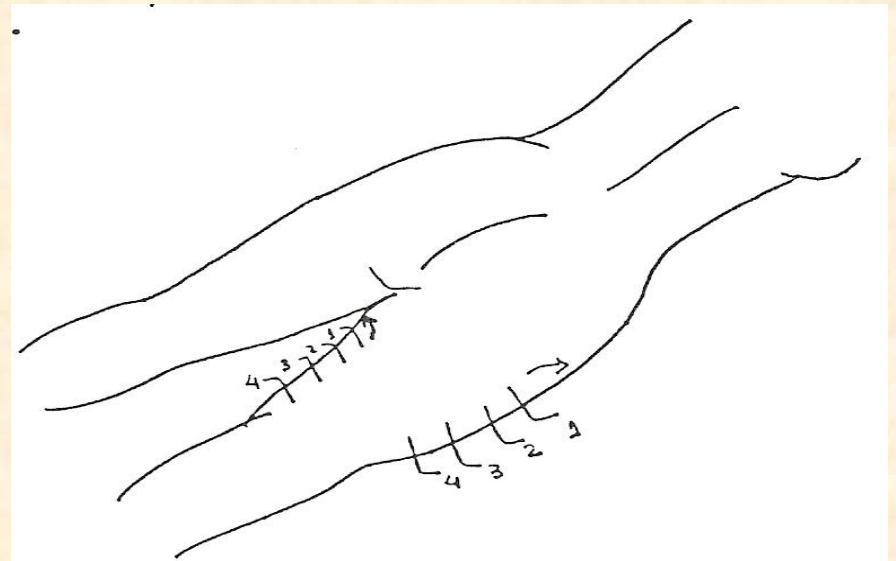
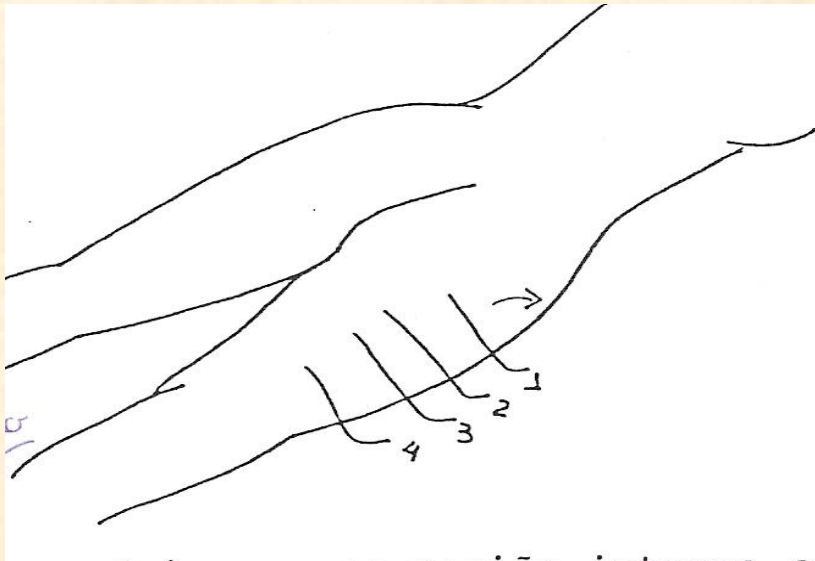


MMII

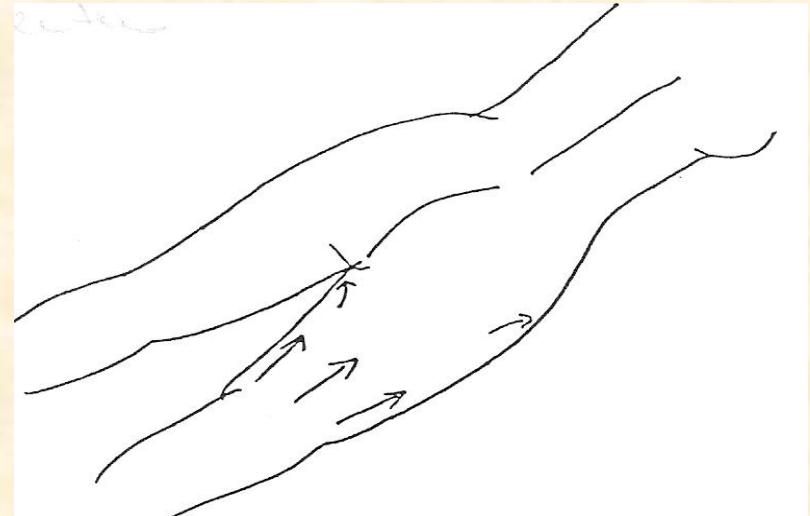
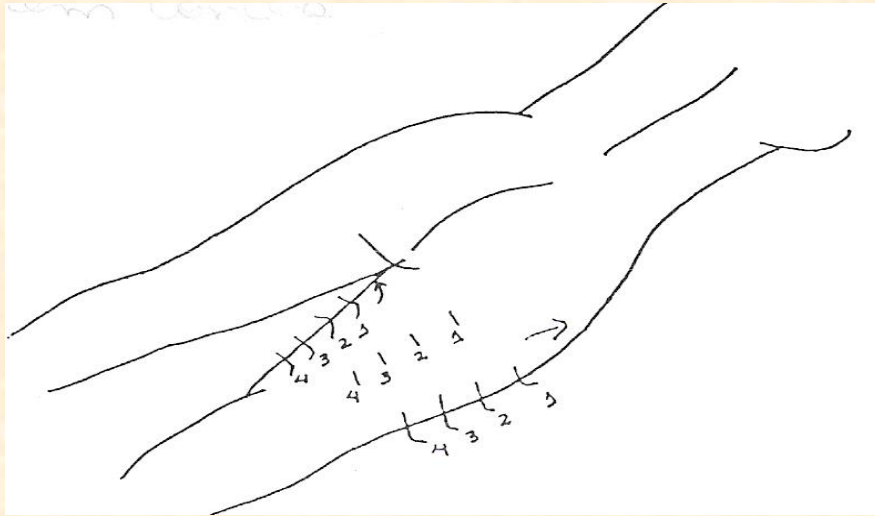
DECÚBITO VENTRAL

OSERVAÇÕES

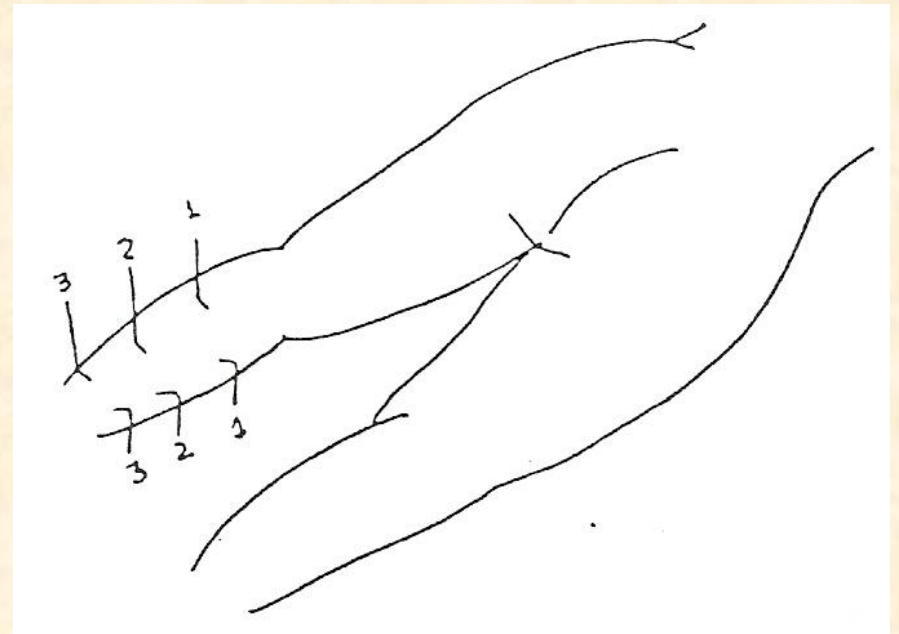
- Dividir o membro em 3/4 partes
 - Fazer região central, interna e externa da coxa
 - Levar tudo para inguinal.
- 1-Deslizamento central, interno e externo, proximal, médio e distal da coxa.



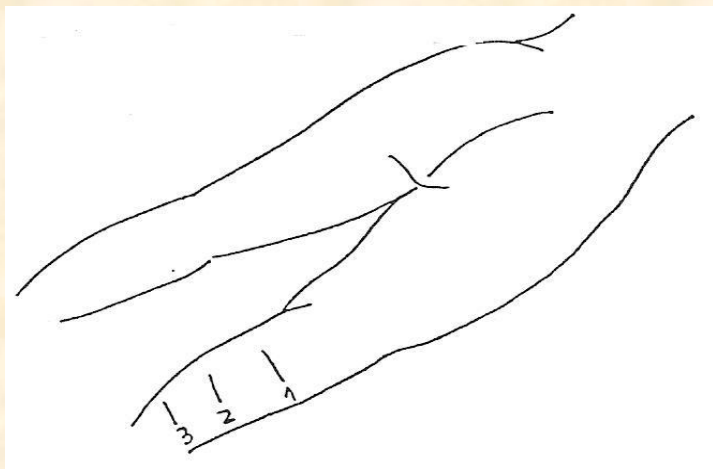
- 2- Pressão e descompressão – mão em concha.
- 3- Pressão com deslocamento – borboleta.
- 4- Deslizamento da coxa.



5- Deslizamento em 3/4 tempos da perna, central, medial e lateral, bombeia gânglio poplíteo.

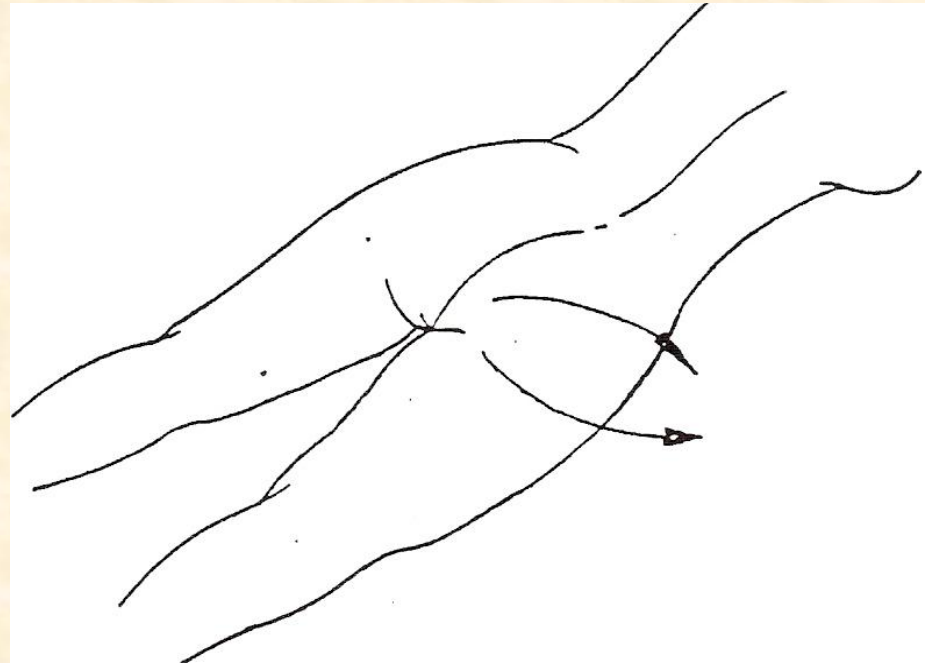
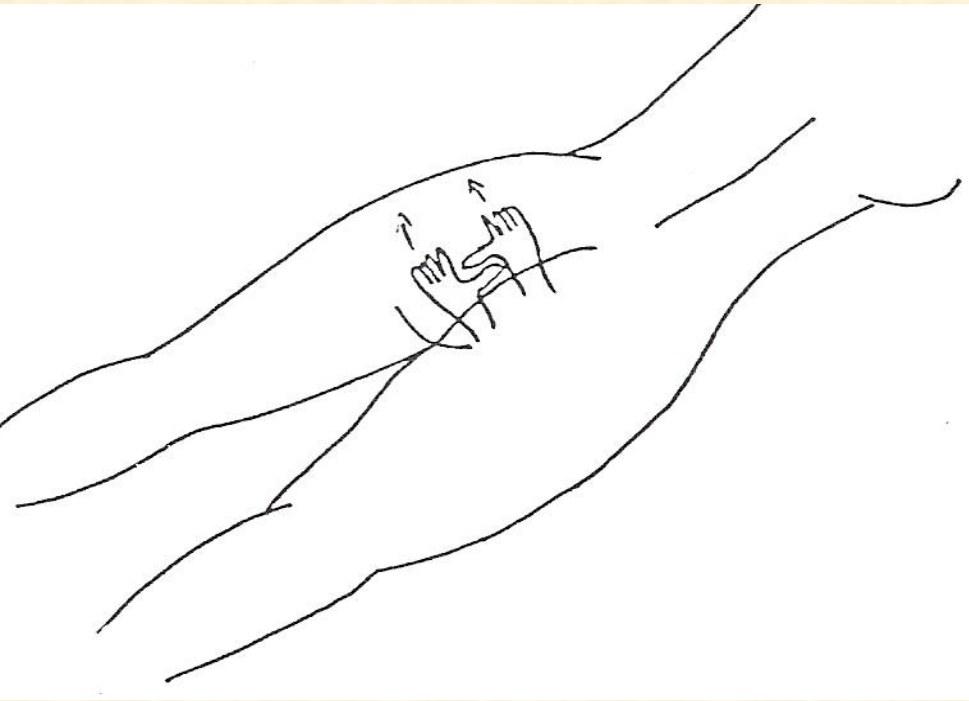


- 6- Pressão e descompressão – mão em concha.
- 7- Pressão com deslocamento – borboleta, bomba gânglio.
- 8- Deslizamento da perna e finaliza todo membro.



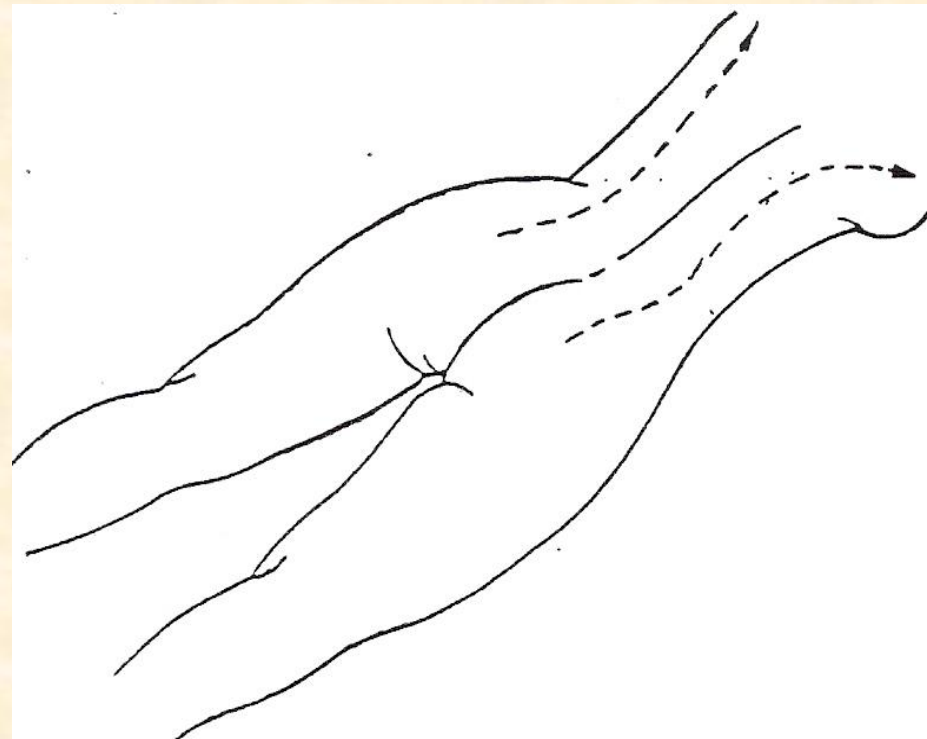
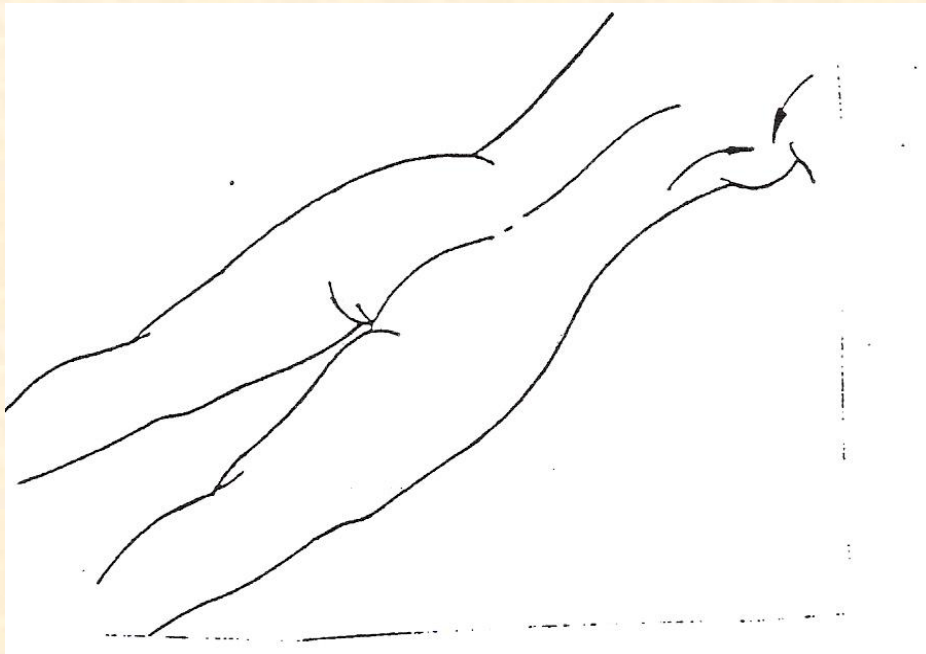
GLÚTEO

- 1- Deslizamento para região lateral, drenando com a região tenar, mão em quadrado.
- 2- Rolamento cutâneo.

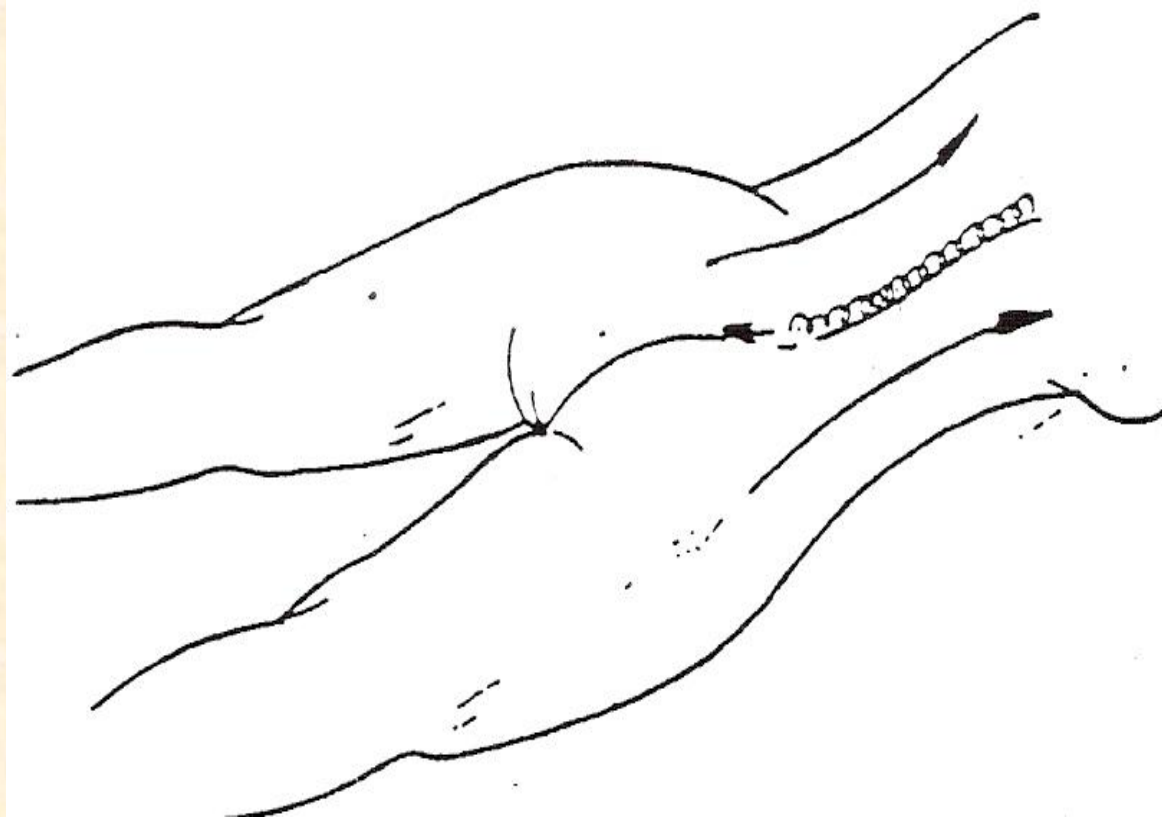


COSTAS

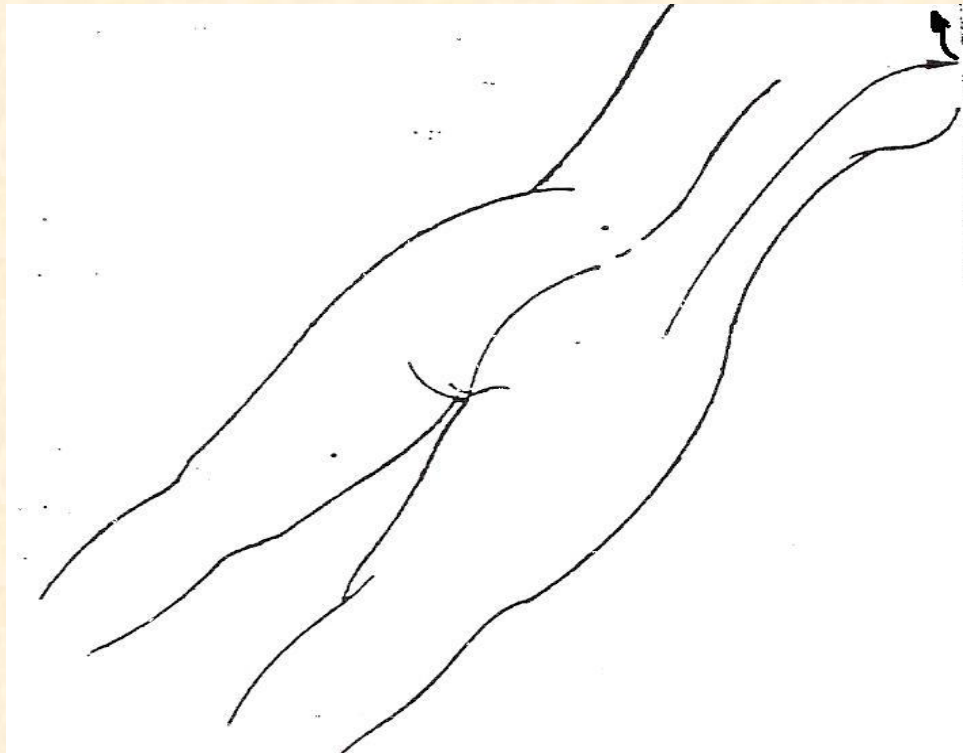
- 1- Drenar região dorsal e úmero escapular para axilar.
- 2- Com as mãos espalmadas deslizar paralelamente da região dorsal até axilar, na região das axilas desliza lateralmente com a região tenar.



3- Descer ao longo da coluna com os dedos indicador e médio flexionados e subir paralelamente nas laterais com as mãos espalmadas

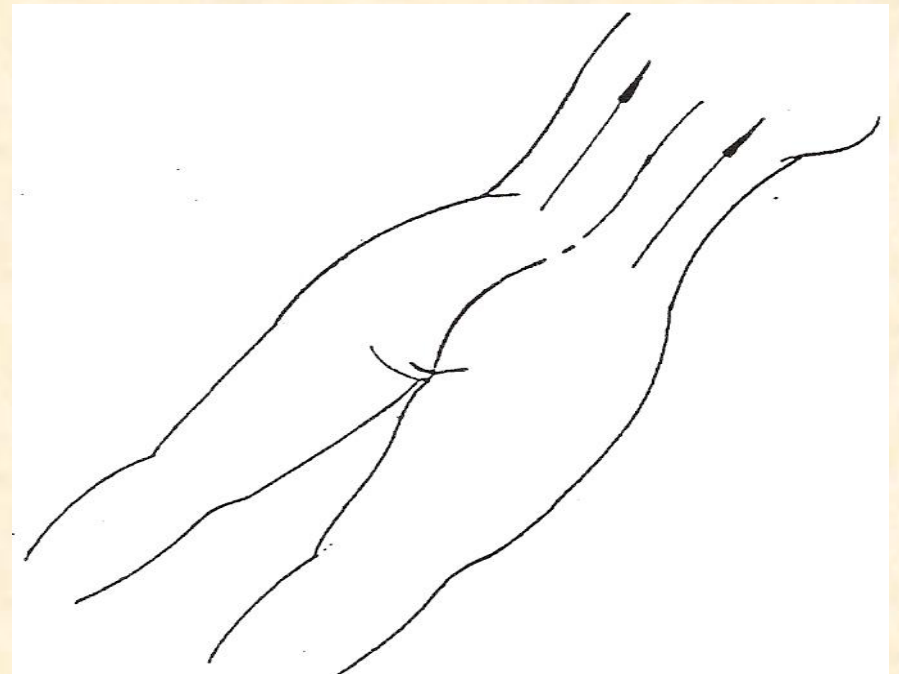
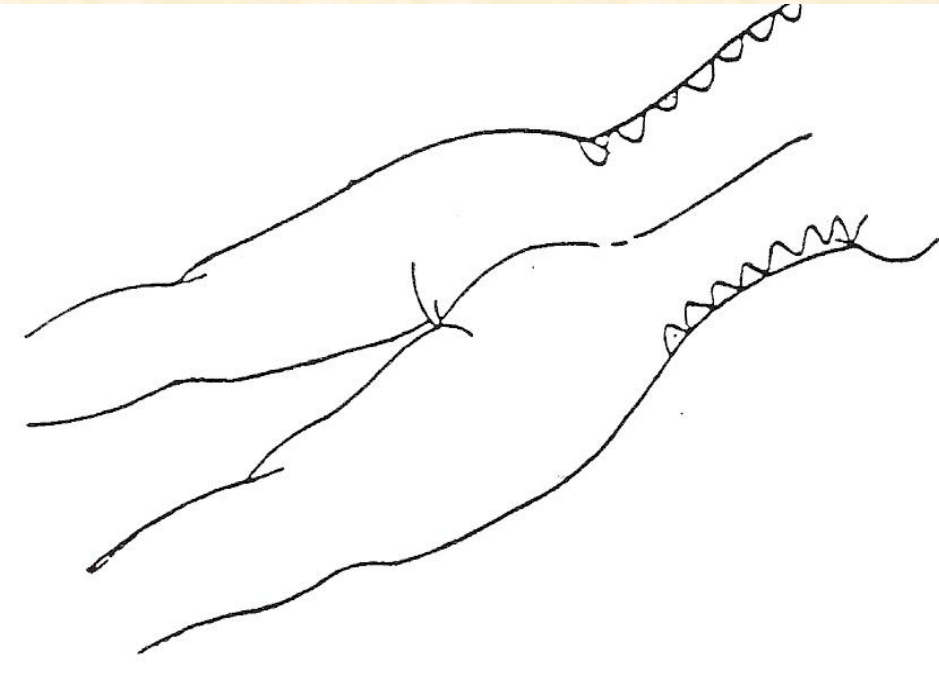


4- Com as mãos espalmadas subir da região dorsal até a região do trapézio drenando na região axilar e subir até a região cervical, bombeando gânglio sub-occipital.



5- Fazer amassamento

6- Deslizamento superficial.



OBRIGADA!