

Uitleg werking lymfestelsel

Het lymfestelsel is een stelsel van lymfevaten dat vocht afvoert. Dit vocht noemen we lymfe.

Het lymfesysteem loopt door het hele lichaam, parallel aan de bloedcirculatie. Het begint als een soort web van kleine lymfevaatjes die onder de huid liggen en steeds verder vertakken tot grotere vaten en uiteindelijk komen ze terecht in de lymfeklieren. Meerdere lymfeklieren komen samen in grotere lymfeklierstations. Deze bevinden zich o.a. in de oksel, hals, buik en liezen.

Het lymfatisch weefsel.

Rol van het lymfatisch stelsel

Het lymfatisch stelsel heeft een rol in de afvoer van vocht maar heeft ook een belangrijke rol in de afweer. De lymfeklieren zorgen ervoor dat het vocht gezuiverd wordt. Dat gezuiverde vocht wordt verder afgevoerd en komt uiteindelijk in de hals (bij het sleutelbeen) en via die weg uiteindelijk ook in de bloedbaan. Het wordt dan via de normale wegen, zoals de lever, het lichaam uitgescheiden.

Werking van lymfatisch stelsel

Tussen de cellen in je lichaam zit weefselvocht met daarin allerlei stoffen. Een deel van dit weefselvocht wordt via de haarvaatjes afgevoerd en een deel gaat de lymfevaten in en wordt nu 'lymfe' genoemd. Door middel van samentrekkende bewegingen wordt het lymfe vervoerd. Lymfe uit allerlei plekken van je lichaam komt bij elkaar in grotere lymfevaten. Onderweg stroomt lymfe door lymfeklieren, daar heb je er veel van in je lichaam. Lymfevocht is een vloeistof net als bloed, alleen bloed heeft rode bloedcellen waardoor het vocht rood kleurt. Het lymfevocht heeft witte bloedcellen waardoor het een witte kleur heeft en een beetje aanvoelt als een stroperige vloeistof. Lymfevocht is eigenlijk water met een heleboel eiwitten en afvalstoffen. Als het lichaam goed functioneert wordt dat vocht allemaal netjes afgevoerd. Als het lymfesysteem niet goed functioneert kan dat vocht zich gaan ophopen en ontstaat oedeem.

Oedeem

Het lymfesysteem is zoals gezegd een afvoerend systeem. De bloedvaten die ook wel "arteriën" genoemd worden, hebben een stimulerende rol bij de afvoer van lymfevocht. Vocht in de arteriën wordt door pulsaties verplaatst. Zelf kun je ook hier invloed op uitoefenen door te bewegen. Beweging stimuleert de spierpomp waardoor de lymfecirculatie wordt bevorderd.

Daarnaast speelt manuele lymfedrainage een belangrijke rol. Manuele lymfedrainage is een soort massage met als doel om het lymfesysteem te stimuleren. Hierbij wordt er vocht van bijvoorbeeld een been afgevoerd naar de lymfeklieren in de lies en vanuit daar wordt het dan uiteindelijk afgevoerd naar het sleutelbeen waardoor het weer in de circulatie terecht kan komen. Uw therapeut voert deze behandeling uit en u leert technieken die u zelf kunt toepassen. Het dragen van een therapeutisch elastische kous kan soms nodig zijn. De kous biedt tegendruk waardoor lymfe wordt afgevoerd.

Lymfoedeem kan ontstaan na een operatieve ingreep bij kanker. Wanneer er weefsel wordt verwijderd kan er beschadiging ontstaan van het lymfatisch weefsel waardoor de balans verstoord raakt en er zwelling ontstaat. We spreken hierbij van secundair lymfoedeem.

Bron: <https://schooltv.nl/video/het-lymfesysteem-vocht-wordt-afgevoerd-via-lymfevaten/>

