

Patienteninformation zur manuellen Lymphdrainage (MLD)

Eine Kooperation der AOK Niedersachsen und der KV Niedersachsen

Mehr erfahren auf aok.de und kvn.de

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

die MLD ist eine der 4 Säulen der KPE (Komplexe physikalische Entstauungstherapie), welche nur unter bestimmten Voraussetzungen von einem Arzt verordnet werden kann. Deshalb möchten wir Ihnen einige Hinweise für eine erfolgreiche Behandlung an die Hand geben.

Was ist KPE bzw. MLD?

Die Komplexe physikalische Entstauungstherapie besteht aus 4 Säulen.

- MLD
- Hautpflege
- Kompressionstherapie
- Bewegungstherapie

Die MLD ist eine spezielle Form der Massage mit dem Ziel, Ödeme zu beseitigen bzw. zu verringern. Sie unterscheidet sich von der Massage durch einen geringeren Druck, langsames Arbeiten und spezielle Griffe mit Schub- und Entspannungsphasen.

Wann darf mir mein Arzt MLD verordnen?

Ihr Arzt darf die MLD nur verordnen, wenn Sie an einem diagnostizierten Ödem, Lymphödem, Phlebo-Lymphödem oder Lipödem leiden und die Behandlung eine nachweisliche Verringerung aufzeigt bzw. eine Ausweitung verhindert. Präventivmaßnahmen sowie eine Kompressionstherapie wurden oder werden durchgeführt.

Was sind Präventivmaßnahmen?

- Aufklärung über das Krankheitsbild
- Hochlagerung der Arme und/oder Beine
- Vermeidung von: Bewegungsmangel und Wärme, langem Sitzen und Stehen, einschneidender Kleidung (z.B. Socken, Armbanduhr usw.)
- Anregung der Muskelpumpe (regelmäßige Bewegungsübungen)
- Bewegung im Wasser
- Ausstreichen der betroffenen Körperteile
- Umstellung/Anpassung der Ernährung
- reichliches Trinken (z.B. Wasser)
- Tragen von Kompressionsstrümpfen (wenn vom Arzt verordnet)
- Atem- und Entspannungsübungen
- Schutz und Pflege der Haut

Wie oft und in welchem Zeitintervall darf mir mein Arzt MLD verordnen?

Ihr Arzt muss sich je nach Krankheitsbild an die aktuell rechtskräftige Heilmittelrichtlinie halten und zusätzlich die medizinisch ausreichende Notwendigkeit beachten (SGB V § 12). Daher ist keine allgemeingültige Aussage möglich. Die Zeiteinteilung der MLD ist auf 30, 45 und 60 Minuten festgelegt:

- 30 Minuten: zur Behandlung eines Körperteils
- 45 Minuten: zur Behandlung von zwei Körperteilen
- 60 Minuten: bei schwergradigen Ödemen

Die vom Arzt **verordnete Kompressionsbandagierung** übernimmt der Therapeut im Anschluss an die Behandlung. Sie ist nicht Bestandteil der Behandlungszeit. Das An- und Ausziehen der Kompressionsstrümpfe ist nicht verordnungsfähig und sollte wenn möglich selbst durchgeführt werden.

Warum Kompressionsbandagierung oder Kompressionsstrümpfe?

Das Lymphgefäßsystem braucht bei einer krankhaften Ansammlung von Flüssigkeit (Ödem) auch nach der Behandlung eine dauerhafte Unterstützung. Das Tragen von Kompressionsbandagierungen (meist zu Beginn/ bis Umfangreduzierung erreicht) oder Kompressionsstrümpfen (individuelle Anpassung vom Sanitätshaus/ von Apotheken) ist deshalb **unerlässlich**.

Hinweis: Die Verwendung der männlichen Form soll den Lesefluss erleichtern. Die Angaben in diesem Infoblatt beziehen sich aber immer auf alle Geschlechter.

Was kommt auf mich zu, wenn ich MLD verordnet bekomme?

Sie erhalten die MLD von einem speziell ausgebildeten Therapeuten. Zusätzlich sind Sie **verpflichtet, an der Therapie aktiv mitzuwirken und diese zu unterstützen** (§ 1 SGB V). Dazu gehören das regelmäßige Tragen der Kompressionsbandagierung/-strümpfe, die Ausführung der vom Therapeuten gezeigten Bewegungsübungen, Schutz und Pflege Ihrer Haut sowie die Beachtung der Präventivmaßnahmen.

Wie lange kann ich mein Rezept für MLD einlösen?

Das Rezept ist ab dem Ausstellungsdatum 28 Tage gültig. In dringlichen Fällen kann der Arzt eine Anpassung vornehmen. Innerhalb dieses Zeitraums muss der Therapeut mit der Behandlung beginnen.

Wie viel muss ich zuzahlen?

Ab dem 18. Lebensjahr muss jeder Versicherte eine gesetzliche Zuzahlung von 10 Euro pro Rezept leisten sowie zusätzlich 10 Prozent der Behandlungskosten. Sind Sie von der Zuzahlung befreit, so entfällt Ihr Eigenanteil.

Ist eine Verordnung für einen Hausbesuch möglich?

Wenn die medizinische Notwendigkeit gegeben ist, kann der Arzt einen Hausbesuch verordnen. Die Therapie in der Wohnung kann qualitativ jedoch nicht mit der in einer zugelassenen Praxis gleichgesetzt werden. Es stehen weder alle erforderlichen Hilfsmittel zur Verfügung noch sind die hygienischen Bedingungen vergleichbar.

AOK Niedersachsen Die Gesundheitskasse.

Hildesheimer Straße 273
30519 Hannover
heilmittelberatung@nds.aok.de
Info-Telefon: 0800 2656711
aok-gesundheitspartner.de

Stand: Dezember 2021