

## UNIEKE WARMTEBEELDEN VAN REFLEXZONEMASSAGE

### NIEUWE RESULTATEN UIT ENGELS ONDERZOEK BIJ LYMFOEDEEM

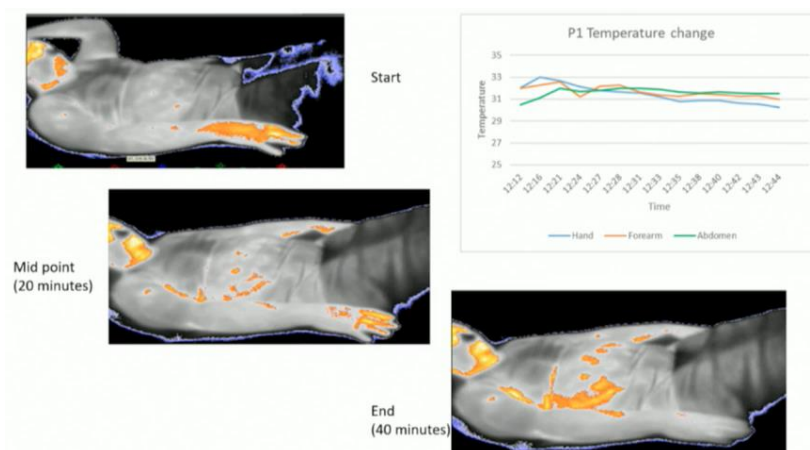
Datum: 17-05-2021

Auteur: Karine de Laat, Commissie Onderzoek & Ontwikkeling

Afbeeldingen in dit document zijn overgenomen uit het oorspronkelijke artikel. De bron staat onderaan.

Via warmtetechnieken hebben onderzoekers van de Universiteit van Cardiff unieke opnames gemaakt van temperatuurveranderingen die optreden tijdens reflexzonemassage. Het artikel verscheen in de British Journal of Community Nursing.

Ook is de temperatuurverandering in de hand, onderarm en buik gemeten. De temperatuurwijzigingen ontstaan door verplaatsing van lymfevocht. Dit is voor het eerst dat de effecten van reflexzonemassage op het lymfevocht zijn vastgelegd op beeld. En nu is dat dus voor het eerst ook aangetoond met camerabeelden. Hiermee is het bewijs geleverd voor de aloude claim dat reflexzonetherapie de lymfe in beweging brengt.



Op de beelden van de warmtecamera is de verplaatsing van het vocht zien

Op de camerabeelden is te zien dat tijdens de behandeling warmtepatronen in de hand en arm verminderen en die van de buikorganen toenemen. De vlekken geven een hogere temperatuur aan. De vlekken verplaatsen zich van de hand naar de buik gedurende de

reflexzonemassage van 40 minuten. De grafiek laat in de blauwe lijn de daling van de handtemperatuur zien en in de groene lijn de temperatuurstijging in de buik.

De reflexzonemassage werd uitgevoerd volgens het zogenaamde Reflex Lymfe Drainage-protocol (RLD). RLD is ontwikkeld door de Engelse reflexzonetherapeut Sally Kay voor borstkanker-gerelateerde lymfoedeem. Het blijkt verrassend effectief. In eerder onderzoek is aangetoond met metingen van de armen en de benen dat het vochtvolume inderdaad afnam. Naar aanleiding van deze bevindingen verscheen in 2016 een publicatie in het tijdschrift *Complementary Therapies in Clinical Practice*. Lymfoedeem in de armen kan pijnlijk zijn en de beweeglijkheid beperken. Dat heeft een grote impact op het dagelijks leven.

Het massageprotocol Reflex Lymfe Drainage bestaat uit zes behandelingen en wordt uitgevoerd op de voeten. Het vochtvolume in de aangedane arm slinkt na iedere behandeling. Het protocol is uitgevoerd bij 30 deelnemers. Na 6 behandelingen hadden de deelnemers minder pijn, konden weer gewone kleren aan en hun oude activiteiten weer oppakken.

De onderzoekers vergeleken het RLD- massageprotocol met een standaard reflexzonemassage en vonden een aantoonbaar verminderd effect op oedeem bij Reflex Lymfe Drainage. Ook in Nederland zijn een aantal therapeuten opgeleid in dit protocol. Je vindt ze via [www.vnrt.nl](http://www.vnrt.nl).

*Bronvermelding:*

<https://www.magonlinelibrary.com/doi/abs/10.12968/bjcn.2020.25.Sup10.S6>