



beauty clinic

www.mgbeautyclinic.com

- Medicina Estetica Avanzata
- Medicina Rigenerativa
- Chirurgia Plastica Estetica e Ricostruttiva
- Fisioestetica
- Dermatofunzionale
- Medicina Dermatologica
- Medicina Vascolare
- Tricologia Medica
- Medicina Intima
- Nutrizione Clinica Personalizzata
- Laser Epilazione Definitiva Alessandrite

S | **medical**
g r o u p

www.s-medical.it

PREPARAZIONE ALLA SEDUTA DI DRENAGGIO LINFATICO MANUALE (DLM)

Foglio informativo per il paziente/cliente – MG Beauty Clinic

Introduzione

Presso MG Beauty Clinic, ci impegniamo a offrirti trattamenti volti al tuo benessere e alla tua salute. Il **Drenaggio Linfatico Manuale (DLM)** è una tecnica di massaggio specializzata e delicata, progettata per stimolare il sistema linfatico, una parte fondamentale del sistema immunitario e circolatorio. A differenza dei massaggi muscolari profondi, il DLM utilizza movimenti lenti, ritmici e molto leggeri per favorire il deflusso della linfa, riducendo il gonfiore (edema) e contribuendo all'eliminazione delle tossine. È un trattamento eccezionale per chi cerca sollievo da gonfiore, pesantezza, o desidera un'azione detossinante e rigenerante. Questa guida ti fornirà tutte le informazioni necessarie per prepararti al meglio e affrontare la tua seduta con serenità, sentendoti a tuo agio e informato.

1. Titolo della procedura

DRENAGGIO LINFATICO MANUALE (DLM) Sinonimi: Linfodrenaggio, Drenaggio Linfatico Metodo Vodder/Leduc (se specifici), Massaggio linfodrenante.

2. Descrizione generale

Il Drenaggio Linfatico Manuale è una tecnica terapeutica che si concentra sulla manipolazione delicata e ritmica della pelle per stimolare il flusso della linfa attraverso i vasi linfatici. Il sistema linfatico è una rete complessa di vasi, linfonodi e organi (come la milza e il timo) che svolge un ruolo cruciale nella rimozione dei fluidi in eccesso, delle scorie metaboliche, delle tossine e dei detriti cellulari dai tessuti, trasportandoli ai linfonodi per la filtrazione e poi reintroducendoli nel sistema circolatorio. Funziona anche come parte integrante del sistema immunitario.

Quando il sistema linfatico non funziona correttamente, il fluido linfatico può accumularsi, causando gonfiore (edema) e una sensazione di pesantezza. Il DLM aiuta a spingere questo

S-Medical - MG Beauty Clinic

☎ 0776 182 82 68

prenotazioni@mgbeautyclinic.com

Via Attilio Roccatani 10-12, 03039 Sora

Aut.Reg. n. G11883 del 18/09/2025
Dir.San. Remo Pessia O.d.M. FR n. 0000001911

Per una prenotazione immediata **invia un messaggio** con il tuo nome e cognome e **sarai subito contattato**

☎ +39 377 3386210



Scansiona e scopri tutti i nostri Servizi

liquido stagnante verso i linfonodi e poi verso i dotti linfatici principali, da dove può essere eliminato.

Le tecniche di DLM (spesso basate sui metodi Vodder o Leduc) prevedono movimenti molto specifici:

- **Pressione leggera e ritmica:** La pressione è estremamente delicata, appena sufficiente a muovere la pelle, non i muscoli sottostanti.
- **Movimenti lenti e circolari/a spirale:** Seguono il percorso dei vasi linfatici e la direzione naturale del flusso della linfa.
- **Sequenza precisa:** Il trattamento inizia solitamente sbloccando i linfonodi prossimali (vicino al tronco) per creare spazio e facilitare il drenaggio dalle aree più periferiche.

Il DLM è indicato per una vasta gamma di condizioni e scopi:

- **Edema (gonfiore):** Particolarmente efficace per l'edema post-operatorio (es. dopo liposuzione, mastectomia, interventi ortopedici), edema post-traumatico (es. distorsioni, contusioni), o gonfiore generalizzato dovuto a ritenzione idrica.
- **Linfedema:** Gonfiore cronico causato da un danno o una rimozione dei linfonodi (es. dopo chirurgia oncologica o radioterapia). In questi casi, il DLM è parte integrante di un trattamento complesso.
- **Insufficienza venosa cronica:** Allevia la sensazione di pesantezza e gonfiore alle gambe.
- **Problematiche estetiche:** Cellulite (per ridurre il ristagno di liquidi), gambe pesanti e gonfie, miglioramento della luminosità cutanea.
- **Detossinazione:** Aiuta il corpo a eliminare le tossine.
- **Rilassamento e benessere:** Nonostante la delicatezza, ha un potente effetto rilassante sul sistema nervoso.
- **Supporto immunitario:** Un sistema linfatico efficiente contribuisce a un sistema immunitario più forte.

Durante la seduta, ti sentirai molto rilassato. Il terapeuta utilizzerà solo le mani, senza oli o creme in abbondanza per non alterare la frizione necessaria sulla pelle. La durata di una seduta varia solitamente tra i 45 e i 60 minuti, a seconda dell'area da trattare e degli obiettivi. I risultati sono spesso visibili già dopo la prima seduta, con una riduzione del gonfiore, ma per un beneficio duraturo sono consigliati cicli di trattamenti.

3. Obiettivi e Finalità della procedura

Il Drenaggio Linfatico Manuale ha le seguenti finalità:

S-Medical - MG Beauty Clinic

☎ 0776 182 82 68

prenotazioni@mgbeautyclinic.com
Via Attilio Roccatani 10-12, 03039 Sora

Aut.Reg. n. G11883 del 18/09/2025
Dir.San. Remo Pessia O.d.M. FR n. 0000001911

Per una prenotazione immediata **invia un messaggio** con il tuo nome e cognome e **sarai subito contattato**

 **+39 377 3386210**



Scansiona e scopri tutti i nostri Servizi



beauty clinic

www.mgbeautyclinic.com

- Medicina Estetica Avanzata
- Medicina Rigenerativa
- Chirurgia Plastica Estetica e Ricostruttiva
- Fisioestetica
- Dermatofunzionale
- Medicina Dermatologica

- Medicina Vascolare
- Tricologia Medica
- Medicina Intima
- Nutrizione Clinica Personalizzata
- Laser Epilazione Definitiva Alessandrite

S | **medical**
g r o u p

www.s-medical.it

Obiettivo Primario:

- **Ridurre l'edema e il ristagno di liquidi:** Favorire il drenaggio del fluido linfatico in eccesso dai tessuti per alleviare il gonfiore e la sensazione di pesantezza.

Obiettivi Secondari:

- **Promuovere l'eliminazione delle tossine:** Aiutare il corpo a depurarsi dalle scorie metaboliche.
- **Migliorare la circolazione:** Supportare il flusso sanguigno e linfatico, contribuendo all'ossigenazione dei tessuti.
- **Supportare il sistema immunitario:** Ottimizzare la funzione dei linfonodi nella filtrazione dei patogeni.
- **Alleviare il dolore e la tensione:** Ridurre il disagio associato al gonfiore e all'infiammazione.
- **Promuovere il rilassamento profondo:** Indurre uno stato di calma e benessere generale.
- **Migliorare l'aspetto della pelle:** Contribuire a una pelle più luminosa e compatta, e ad attenuare l'aspetto della cellulite.

4. Indicazioni e requisiti

Il Drenaggio Linfatico Manuale è indicato quando:

- Si soffre di edema (gonfiore) di varia natura (post-operatorio, post-traumatico, linfedema).
- Si desidera un trattamento per alleviare la sensazione di gambe pesanti e gonfie.
- Si cerca un aiuto per la riduzione della cellulite a componente edematosa.
- Si desidera un'azione detossinante e un miglioramento generale del benessere.
- Si è in fase post-operatoria per accelerare la guarigione e ridurre il gonfiore (con nulla osta medico).
- Il paziente è in buono stato di salute generale e ha aspettative realistiche riguardo ai risultati.
- **Requisiti:** Il paziente deve essere maggiorenne o, se minorenne, accompagnato da un genitore o tutore legale. È necessaria una valutazione preliminare da parte di un massoterapista, fisioterapista o medico specializzato in DLM per comprendere la tua condizione, escludere controindicazioni e definire un piano di trattamento personalizzato. In caso di patologie mediche preesistenti, potrebbe essere richiesto un nulla osta medico.

S-Medical - MG Beauty Clinic

☎ 0776 182 82 68

prenotazioni@mgbeautyclinic.com

Via Attilio Roccatani 10-12, 03039 Sora

Aut.Reg. n. G11883 del 18/09/2025
Dir.San. Remo Pessia O.d.M. FR n. 0000001911

Per una prenotazione immediata **invia un messaggio** con il tuo nome e cognome e **sarai subito contattato**

☎ +39 377 3386210



Scansiona e scopri tutti i nostri Servizi

5. Norme di preparazione

Una corretta preparazione è fondamentale per massimizzare i benefici della seduta e garantire la tua sicurezza.

♦ Digiuno / Dieta / Idratazione

- **Non è richiesto digiuno.** Tuttavia, è consigliabile **non consumare pasti abbondanti** immediatamente prima della seduta per evitare sensazioni di pesantezza o disagio durante il trattamento. Un pasto leggero 1-2 ore prima è ideale.
- **Bevi abbondante acqua** nei giorni precedenti e il giorno della seduta. Una buona idratazione supporta il sistema linfatico e aiuta nell'eliminazione delle tossine dopo il trattamento. Questo è il tuo **obiettivo primario** pre-trattamento per ottimizzare l'efficacia del DLM.

♦ Esami Ematici Richiesti

- Generalmente **non sono richiesti esami del sangue preliminari di routine** per il DLM. Tuttavia, il terapeuta potrebbe richiedere referti medici o diagnostici (es. ecografie vascolari, anamnesi medica) relativi alla tua condizione specifica (es. linfedema, interventi chirurgici recenti) per comprendere meglio il tuo caso e personalizzare il trattamento.

♦ Gestione Farmacologica e Topica

- **Farmaci: È FONDAMENTALE INFORMARE IL TERAPEUTA** di qualsiasi farmaco (anche da banco e integratori) che assumi regolarmente, in particolare:
 - **Diuretici:** Possono influenzare l'equilibrio dei fluidi.
 - **Farmaci anticoagulanti/antiaggreganti:** Sebbene il DLM sia molto delicato, è sempre importante segnalare l'assunzione di questi farmaci.
- **Creme o unguenti topici:** Non applicare creme, oli o lozioni sulla pelle nelle ore immediatamente precedenti la seduta. La pelle deve essere pulita e asciutta, poiché il DLM richiede una leggera frizione della pelle senza eccessivo scivolamento.
- **Evita l'uso di sauna, bagno turco o docce molto calde** immediatamente prima della seduta, in quanto potrebbero aumentare il gonfiore iniziale.

♦ Premedicazione per Allergie (se necessaria)

- Non è prevista una premedicazione standard. **È FONDAMENTALE INFORMARE IL TERAPEUTA** di qualsiasi allergia a oli, lozioni, essenze, o materiali (es. lattice)

S-Medical - MG Beauty Clinic

☎ 0776 182 82 68

prenotazioni@mgbeautyclinic.com
Via Attilio Roccatani 10-12, 03039 Sora

Aut.Reg. n. G11883 del 18/09/2025
Dir.San. Remo Pessia O.d.M. FR n. 0000001911

Per una prenotazione immediata **invia un messaggio** con il tuo nome e cognome e **sarai subito contattato**

☎ +39 377 3386210



Scansiona e scopri tutti i nostri Servizi



beauty clinic

www.mgbeautyclinic.com

- Medicina Estetica Avanzata
- Medicina Rigenerativa
- Chirurgia Plastica Estetica e Ricostruttiva
- Fisioestetica
- Dermatofunzionale
- Medicina Dermatologica

- Medicina Vascolare
- Tricologia Medica
- Medicina Intima
- Nutrizione Clinica Personalizzata
- Laser Epilazione Definitiva Alessandrite

S | medical
g r o u p

www.s-medical.it

prima della seduta. Generalmente, il DLM viene eseguito senza oli per garantire la giusta presa sulla pelle, ma è sempre bene segnalare qualsiasi sensibilità.

♦ Igiene Personale

- Fai una doccia o un bagno prima della seduta. Contribuisce non solo all'igiene ma anche al rilassamento e alla preparazione della pelle.

♦ Categorie Particolari / Controindicazioni Assolute È FONDAMENTALE SEGNALARE AL TERAPEUTA QUALSIASI DELLE SEGUENTI CONDIZIONI PRIMA DELLA SEDUTA:

- **Infezioni acute:** Febbre, influenza, infezioni batteriche o virali in atto (compreso Herpes simplex attivo). Il DLM potrebbe diffondere l'infezione.
- **Processi infiammatori acuti:** Flebiti acute, trombosi venosa profonda (TVP), erisipela, dermatiti acute. Il massaggio diretto sulla zona infiammata è controindicato.
- **Insufficienza cardiaca grave o scompensata:** Il DLM potrebbe aumentare il carico sul cuore.
- **Tumori maligni non trattati o metastasi:** Il DLM è generalmente controindicato per il rischio di diffusione delle cellule tumorali, a meno che non sia specificamente indicato e approvato dall'oncologo come parte di un trattamento palliativo o di supporto.
- **Tubercolosi in fase attiva.**
- **Ipertiroidismo non controllato:** Nelle aree vicino alla tiroide.
- **Asma bronchiale grave.**
- **Tromboflebite acuta:** Assoluta controindicazione sull'area interessata.
- **Gravidanza nei primi 3 mesi (primo trimestre):** Dopo il primo trimestre, il DLM può essere eseguito da terapeuti qualificati in massaggio prenatale, con nulla osta medico e con tecniche e posizioni specifiche. Alcune aree sono controindicate.
- **Edemi di origine renale o epatica non controllati.**
- **Ipotensione (pressione bassa) marcata:** Potrebbe causare vertigini dopo la seduta.
- **Minori:** Il trattamento è **controindicato** per i minori di 18 anni senza il consenso e la presenza di un genitore/tutore.

6. Modalità di Accesso e Abbigliamento

- **Orario di presentazione:** Ti preghiamo di presentarti in accettazione con **5-10 minuti di anticipo** rispetto all'orario fissato per le pratiche amministrative e per un breve colloquio preliminare.

S-Medical - MG Beauty Clinic

☎ 0776 182 82 68

prenotazioni@mgbeautyclinic.com

Via Attilio Roccatani 10-12, 03039 Sora

Aut.Reg. n. G11883 del 18/09/2025
Dir.San. Remo Pessia O.d.M. FR n. 0000001911

Per una prenotazione immediata **invia un messaggio**
con il tuo nome e cognome e **sarai subito contattato**

📞 +39 377 3386210



Scansiona e scopri tutti i nostri Servizi



beauty clinic

www.mgbeautyclinic.com

- Medicina Estetica Avanzata
- Medicina Rigenerativa
- Chirurgia Plastica Estetica e Ricostruttiva
- Fisioestetica
- Dermatofunzionale
- Medicina Dermatologica
- Medicina Vascolare
- Tricologia Medica
- Medicina Intima
- Nutrizione Clinica Personalizzata
- Laser Epilazione Definitiva Alessandrite

S | medical
g r o u p

www.s-medical.it

- **Documenti da portare:** Carta d'identità, tessera sanitaria, e la ricevuta di prenotazione, se applicabile. Eventuali referti medici pertinenti.
- **Come vestirsi:** Indossa abiti comodi e facili da togliere. Ti verrà fornita la possibilità di spogliarti in un ambiente privato e coprirti con un telo o una coperta durante la seduta, lasciando scoperte solo le aree su cui il terapeuta sta lavorando.

7. Documentazione Aggiuntiva da Portare

- **Consenso informato:** Ti sarà richiesto di leggere e firmare un modulo di consenso informato specifico per il Drenaggio Linfatico Manuale, che ti spiegherà in dettaglio la procedura, i potenziali rischi, i benefici attesi e il processo post-trattamento.
- **Referti medici precedenti:** Porta con te eventuali referti di visite mediche, esami diagnostici o altra documentazione medica rilevante sulla tua anamnesi o sulle condizioni che intendi trattare, specialmente se hai avuto interventi chirurgici o diagnosi di linfedema.
- **Elenco farmaci:** Un elenco preciso e aggiornato di tutti i farmaci (anche da banco e integratori) che assumi, con dosaggio e frequenza.

8. Dopo la procedura

- **Sensazioni post-trattamento:**
 - **Aumento della minzione:** È molto comune sentire un maggiore bisogno di urinare dopo una seduta di DLM, segno che il sistema linfatico sta drenando i fluidi in eccesso. Questo è un tuo **obiettivo primario** post-trattamento e un indicatore di efficacia.
 - **Rilassamento e sonnolenza:** Il DLM ha un profondo effetto sul sistema nervoso parasimpatico, inducendo un forte senso di calma e relax, a volte anche sonnolenza.
 - **Leggera stanchezza:** Alcune persone possono sentirsi lievemente affaticate, un effetto normale del processo di detossinazione.
 - **Pelle più leggera:** Potresti percepire immediatamente una sensazione di leggerezza, specialmente nelle gambe o nell'area trattata.
- **Idratazione:** **Bevi molta acqua** (preferibilmente calda o tiepida) dopo la seduta. Questo è fondamentale per aiutare il corpo a eliminare i fluidi e le tossine drenate.
- **Riposo:** Concediti del tempo per riposare e rilassarti dopo la seduta per permettere al corpo di beneficiare pienamente del trattamento.
- **Attività fisica:** Evita attività fisiche intense immediatamente dopo la seduta per non sovraccaricare il sistema. Una passeggiata leggera può essere benefica.

S-Medical - MG Beauty Clinic

☎ 0776 182 82 68

prenotazioni@mgbeautyclinic.com

Via Attilio Roccatani 10-12, 03039 Sora

Aut.Reg. n. G11883 del 18/09/2025
Dir.San. Remo Pessia O.d.M. FR n. 0000001911

Per una prenotazione immediata **invia un messaggio**
con il tuo nome e cognome e **sarai subito contattato**

📞 +39 377 3386210



Scansiona e scopri tutti i nostri Servizi



beauty clinic

www.mgbeautyclinic.com

- Medicina Estetica Avanzata
- Medicina Rigenerativa
- Chirurgia Plastica Estetica e Ricostruttiva
- Fisiestetica
- Dermatofunzionale
- Medicina Dermatologica

- Medicina Vascolare
- Tricologia Medica
- Medicina Intima
- Nutrizione Clinica Personalizzata
- Laser Epilazione Definitiva Alessandrite

S | medical
g r o u p

www.s-medical.it

- **Alimentazione:** Consigliabile un'alimentazione leggera e ricca di liquidi nelle ore successive.
- **Supporto compressivo (se indicato):** Se il DLM è stato eseguito per trattare il linfedema o edemi importanti, il terapeuta potrebbe applicare un bendaggio compressivo o consigliarti di indossare calze elastiche compressive. Segui attentamente queste istruzioni, in quanto sono cruciali per mantenere i risultati del drenaggio. Questo è un tuo **obiettivo secondario** importante per ottimizzare i risultati.
- **Risultati:** I risultati del DLM sono progressivi e cumulativi. Il gonfiore e la pesantezza si ridurranno gradualmente con ogni seduta. Per condizioni croniche come il linfedema o per risultati estetici duraturi, sono necessari cicli di trattamenti regolari.
- **Contatto terapeuta:** In caso di gonfiore improvviso e grave, dolore acuto, rossore, febbre o qualsiasi altra reazione insolita o preoccupazione significativa, **contatta immediatamente MG Beauty Clinic o il terapeuta che ha eseguito la seduta.**

9. Contatti utili

In caso di dubbi o necessità di disdire/spostare l'appuntamento, o in caso di reazioni avverse post-procedura, non esitare a contattarci.

FAQ - Domande Frequenti sul Drenaggio Linfatico Manuale

Per aiutarti a prepararti al meglio, ecco alcune domande comuni che i pazienti/clienti pongono riguardo a questa procedura:

- **D: Il DLM è doloroso?** R: Assolutamente no. Il DLM è una tecnica estremamente delicata. La pressione è molto leggera e ritmica, proprio perché il sistema linfatico è superficiale. Dovresti sentire solo un tocco leggero e confortevole.
- **D: Quanto dura una seduta?** R: Una seduta completa dura tipicamente tra i 45 e i 60 minuti, a seconda dell'area o delle aree da trattare.
- **D: Quante sedute mi serviranno per vedere i risultati?** R: Puoi avvertire una sensazione di leggerezza e una leggera riduzione del gonfiore già dopo la prima seduta. Per risultati duraturi e significativi, specialmente per edemi cronici o linfedema, sono solitamente necessari cicli di più sedute, con frequenza e numero stabiliti dal terapeuta in base alla tua condizione.
- **D: Posso combinare il DLM con altri massaggi?** R: Sì, ma con cautela. Il DLM può essere un'ottima preparazione o un complemento ad altri trattamenti, ma è importante discutere con il tuo terapeuta per assicurarti che le combinazioni siano sicure ed efficaci per la tua condizione.

S-Medical - MG Beauty Clinic

☎ 0776 182 82 68

prenotazioni@mgbeautyclinic.com

Via Attilio Roccatali 10-12, 03039 Sora

Aut.Reg. n. G11883 del 18/09/2025
Dir.San. Remo Pessia O.d.M. FR n. 0000001911

Per una prenotazione immediata **invia un messaggio** con il tuo nome e cognome e **sarai subito contattato**

📞 +39 377 3386210



Scansiona e scopri tutti i nostri Servizi



beauty clinic

www.mgbeautyclinic.com

- Medicina Estetica Avanzata
- Medicina Rigenerativa
- Chirurgia Plastica Estetica e Ricostruttiva
- Fisioestetica
- Dermatofunzionale
- Medicina Dermatologica
- Medicina Vascolare
- Tricologia Medica
- Medicina Intima
- Nutrizione Clinica Personalizzata
- Laser Epilazione Definitiva Alessandrite

S | medical
g r o u p

www.s-medical.it

- **D: Devo andare in bagno più spesso dopo il DLM?** R: Sì, è un effetto molto comune e desiderato! Significa che il trattamento sta stimolando il tuo sistema linfatico a eliminare i fluidi in eccesso.
- **D: Posso fare il DLM se sono in gravidanza?** R: Nelle prime 12 settimane (primo trimestre) è sconsigliato. Dal secondo trimestre, può essere eseguito da un terapeuta qualificato in massaggio prenatale e solo con il nulla osta del ginecologo, con tecniche e posizioni adattate.
- **D: Posso sentire i linfonodi durante il massaggio?** R: Il terapeuta lavorerà sulle aree dove i linfonodi sono concentrati (es. collo, ascelle, inguine) con movimenti delicati. Potresti sentirli, ma non dovrebbero essere dolorosi.

S-Medical - MG Beauty Clinic

☎ 0776 182 82 68

prenotazioni@mgbeautyclinic.com

Via Attilio Rocciani 10-12, 03039 Sora

Aut.Reg. n. G11883 del 18/09/2025
Dir.San. Remo Pessia O.d.M. FR n. 0000001911

Per una prenotazione immediata **invia un messaggio** con il tuo nome e cognome e **sarai subito contattato**

WhatsApp **+39 377 3386210**



Scansiona e scopri tutti i nostri Servizi