



 Beauty und Wellness

Kosmetische Lymphdrainage – Grundlagen

Lymphgefäße fungieren als Drainagesystem des Bindegewebes. Ihre Aufgabe besteht darin, die Gewebsflüssigkeit, die bei der Stoffzufuhr über die Blutgefäße in die Zellzwischenräume gelangt ist, zusammen mit den Abbauprodukten des Stoffwechsels zum venösen Teil des Blutkreislaufes zurückzuführen.

Ist ihre Transportfunktion gestört, kommt es zur Ansammlung von Schlackenstoffen im Körper und zur Bildung von Ödemen. Mit Hilfe der Lymphdrainage erfolgt die Ab- und Weiterführung der Flüssigkeit durch eine schonende, rhythmisch kreisende Massage. Die Lymphgefäße werden angeregt und der Flüssigkeitsstau kann wieder in Bewegung gebracht und behoben werden.

Eine Lymphdrainage ist indiziert bei jeder Form des Ödems und kann zudem vorbeugend zur Aktivierung und Stärkung der körpereigenen Abwehr angeboten werden – ein wesentliches Thema in der heutigen Zeit der Schadstoffanreicherung in der Umwelt und unseren Nahrungsmitteln.

Seminarinhalte:

- Anatomie und Physiologie des Lymphsystems
- Aufzeigen der Indikationen und Kontraindikationen
- Demonstration und praktisches Üben der Grifftechniken sowie einfache Behandlungen

Das Seminar richtet sich an Heilpraktiker/innen, Heilpraktiker-Anwärter/innen, Physiotherapeuten/innen, Masseur/innen sowie an weitere Fachkräfte aus dem Gesundheitswesen und dem Wellnessbereich, die ihr Wissen und ihre Fertigkeiten auf diesem Gebiet vertiefen und ausbauen möchten.

Für den Seminarverlauf benötigen Sie: Eine Decke, zwei Badetücher, ein Laken, zwei Handtücher, ca. 0,2 l Massageöl.

Termine

Sa, 11.07.2026
10:00–18:00 Uhr

So, 12.07.2026
10:00–18:00 Uhr

Preis

320,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Hamburg
Barmbeker Str. 8
22303 Hamburg
Tel. 040-691 11 91

Seminarnummer

SSH20240126V4

Anmeldemöglichkeiten

- ☑ Bei jeder Akademie
- ☑ Per Fax: 0261-952 52 33
- ☑ Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 04.01.2026

Dozentin

Annika Hesse

Jg. 1974. Nach der 2-jährigen Vollzeit-Ausbildung zur staatl. gepr. Kosmetikerin und Fußpflegerin hat sich Frau Hesse auf Wellnessmassagen und die Behandlung von Hautunreinheiten spezialisiert. Sie übte verschiedene Tätigkeiten in Wellnessrichtungen sowie als Führungskraft in Einzelhandel/Kosmetik aus. Zusatzqualifikationen: Visagistin, manuelle Lymphdrainage nach Dr. Vodder, Aromakunde, Fußreflexzonenarbeit, Kundalini Yogalehrerin KRI Level 2. Sie ist Gruppenleiterin für Tantra-, Hatha-, und Kundalini Yoga-orientierte Transformationsarbeit, Fastenleiterin, Access Consciousness Practitioner® und hat langjährige Erfahrung in der Erwachsenenbildung. Seit 2012 ist sie Dozentin an der Paracelsus Schule, seit 2014 selbständig.