



LYMPHATOUCH®

Vaikuttavaa arpihoitoa LymphaTouchilla

Miten hoidat eri arpityyppejä tehokkaasti? Tämä opas kertoo mitä tehdä leikkausarven, palovamman tai keloidin kanssa, ja miten hoitoa mukautetaan kehon eri alueilla.

Kaikki arvet eivät ole samanlaisia

Jokainen arpi voi hyötyä LymphaTouchin kanssa tehdystä alipainehoitokäsittelystä. Tämä opas antaa sinulle viitekehyksen arven arviointiin ja hoitopäätöksiin. Opit tunnistamaan mistä tekijöistä arven hoitovaste riippuu, millaisiin asioihin kiinnittää huomiota eri kehon alueilla ja miten mukauttaa hoitoa sen mukaan miten kudokset reagoi.

Kun ymmärrät mitkä tekijät vaikuttavat arven paranemiseen ja osaat arvioida kudoksen vasteita, pystyt tekemään parempia hoitopäätöksiä. Ei valmiita kaavoja, vaan parempi ymmärrys siitä miten arvet toimivat ja miten alipaine vaikuttaa niihin.

Arven biologia ja hoidon ajoitus

Arpi ei ole vain ihon pinnalla näkyvä merkki, vaan se on kehon monimutkainen tapa korjata vaurioitunutta kudosta. Jotta arpea voidaan hoitaa vaikuttavasti, on ymmärrettävä sen luonnolliset paranemisvaiheet. LymphaTouch-hoidon teho perustuu nimenomaan siihen, että se tukee kehon omia prosesseja oikeaan aikaan.

Paranemisen kolme vaihetta:

1. Tulehdusvaihe (n. 1–5 vrk leikkauksesta tai vammasta)

Keho puhdistaa vaurioaluetta. Tässä vaiheessa alueella esiintyy tyypillisesti turvotusta, punoitusta ja kipua.

2. Proliferaatiovaihe (n. 5–21 vrk)

Uutta kudosta rakentuu ja haava alkaa sulkeutua. Kudos on tässä vaiheessa vielä haurasta ja epäjärjestäytynyttä.

3. Kypsymis- ja muovautumisvaihe (21 vrk – yli vuosi)

Kollageenisäikeet järjestäytyvät ja vahvistuvat. Jos prosessi häiriintyy, kudos voi muuttua paksuksi, joustamattomaksi ja kiinnittyä alla oleviin kudoskerroksiin.

Milloin ja miten aloittaa LymphaTouch-hoito?

LymphaTouch-hoidon suuri etu on, että se voidaan aloittaa hyvin varhaisessa vaiheessa, jopa ennen kuin tikit on poistettu, kunhan itse haava-alue jätetään rauhaan.

Akuutti vaihe

Hoito aloitetaan haavan ympäriltä hyvin matalalla alipaineella. Tavoitteena on aktivoida nestekiertoa ja poistaa turvotusta, mikä vähentää kudospainetta ja kipua sekä luo optimaaliset olosuhteet paranemiselle. Tärkeää: Tuoreen haavan tai tikkien päältä ei koskaan hoideta suoraan.

Krooninen vaihe

Kun haava on täysin sulkeutunut ja arpi on kypsymisvaiheessa (n. 6-8 viikkoa leikkauksesta tai haavan synnystä), voidaan siirtyä varsinaiseen arven käsittelyyn. Tällöin tavoitteena on estää kudoksiinnikkeiden syntymistä tai pehmentää jo syntyneitä tiukkoja kohtia.

Oikea ajoitus ja maltti alipaineen säädöissä varmistavat, että hoito on asiakkaalle miellyttävää ja edistää kudoksen palautumista ilman tarpeetonta ärsytystä.



Alipaineterapia: Tehoa syvälle kudokseen

Perinteinen manuaalinen terapia perustuu usein kudoksen painamiseen tai venyttämiseen sormin. Arpihoidossa tämä voi olla haastavaa, sillä kireä arpikudos on usein "liimautunut" kiinni alla oleviin kerroksiin, ja pelkkä painaminen saattaa tuntua asiakkaasta epämiellyttävältä tai jopa kivuliaalta.

LymphaTouchin alipaineteknologia muuttaa hoidon dynamiikan täysin: painamisen sijasta laite nostaa kudosta.

Miten alipaine vaikuttaa arpeen?

Kudoksen nosto ja tilan luominen

Alipaine vetää ihoa ja sen alla olevia faskioita ylöspäin, jolloin kudosten väliin syntyy tilaa. Tämä mekaaninen nosto auttaa irrottamaan arpea alla olevasta lihaksesta tai luusta tavalla, johon kädet eivät pysty.

Kiinnikkeiden murtaminen värinällä

Kun alipaineeseen yhdistetään mekaaninen värinä, saadaan aikaan vaikutus, joka pehmentää kovaa kollageenirakennetta tehokkaasti. Tämä auttaa palauttamaan kudoksen joustavuuden ilman, että terapeutin tarvitsee käyttää suurta manuaalista voimaa.

Aineenvaihdunnan aktivointi

Arpikudos on usein huonosti verisuonittunutta. Alipaine stimuloi välittömästi verenkiertoa ja lymfanesteen virtausta hoitoalueella, mikä kuljettaa happea ja ravinteita kudokseen ja nopeuttaa sen uusiutumista.

Miksi tämä on parempi asiakkaalle? Monet asiakkaat kokevat, että alipainehoito tuntuu miellyttävämmältä kuin voimakas sormilla tehtävä muokkaus. Se mahdollistaa syvemmän vaikutuksen vähemmällä kivulla. Terapeutti voi säätää alipaineen voimakkuutta tarkasti asiakkaan tuntemusten mukaan, mikä tekee hoidosta turvallista myös herkillä alueilla.

Alipaine ei siis ainoastaan hoida pinnallista jälkeä, vaan se pureutuu arven syvimpiin juuriin, palauttaen kehon luonnollisen liikkuvuuden ja vähentäen kiristysten tunnetta.



Käytännön hoitotekniikat eri arpiperäisissä vaivoissa

Arpihoidon tavoitteena on palauttaa kudoksen normaali liuku ja joustavuus. LymphaTouch-laitteella hoito on dynaamista, ja asetuksia säädetään hoidon edetessä kudoksen vasteen ja asiakkaan tuntemusten mukaan.

Leikkausarvet (esim. sektioarpi ja ortopediset arvet)

Leikkausarpien hoidossa on kriittistä edetä varovasti haavan paranemisvaiheen mukaan. Alkupuhdistuksen jälkeen (tulehdusvaiheen väistyttyä) keskitytään turvotuksen poistoon arven ympäriltä, mikä helpottaa välitöntä kireyden tunnetta. Arven käsittely suoraan päältä pitää arvioida aina yksilöllisesti. Kun arpi on täysin sulkeutunut ja kestävä (yleensä n. 6-8 viikon kohdalla), siirrytään varsinaiseen muokkaukseen.

- Käytä pulsoivaa asetusta ja mekaanista värinää suoraan arven päällä ja sen sivuilla.
- Nosta kudosta pystysuunnassa ja liikuta hoitopäätä kevyesti, jotta ”liimautuneet” kudosterrokset alkavat liukua toistensa suhteen.
- Tämä on erityisen vaikuttavaa sektioarpien kohdalla, joissa kiinnikkeet voivat ulottua syvälle faskioihin.

Palovamma-arvet ja kontraktuurat

Palovammoista syntyvä arpikudos on usein laajaa ja se pyrkii vetämään ihon reunoja yhteen, mikä rajoittaa nivoltien liikkuvuutta.

- Aloita hoito ympäröivästä terveestä kudoksesta ja etene kohti arven reunoja.
- Käytä matalaa alipainetta ja dynaamista liikettä ihon elastisuuden lisäämiseksi.
- Hoito auttaa pehmentämään kovaa, ”panssarimaista” arpea ja parantaa raajan liikeratoja.

Keloidit ja ylikasvaneet arvet

Keloidit johtuvat liiallisesta kollageenin tuotannosta, jolloin arpi nousee selvästi ihon yläpuolelle.

Hoidon toteutus: Hoidossa tavoitteena on pehmentää arven rakennetta sekä lievittää siihen liittyvää kutinaa ja arkuutta. Käytä keloidien hoidossa matalaa alipainetta ja korkeaa värinätaajuutta. Korkeataajuinen värinä muokkaa tiivistä kollageeniverkostoa hellävaraisesti ilman voimakasta mekaanista vetoa.

Tärkeää: Etene aina maltilla. Keloidi on herkkä kudος, ja liian voimakas alipaineen käyttö voi stimuloida kollageenin kasvua entisestään. Keskity rauhoittavaan ja pehmentävään käsittelyyn.

Kudoskalvot ja faskioiden kireydet

Aina oire ei ole näkyvässä arvetta, vaan kyseessä voi olla ihon alla oleva lihas- tai jännerepeämän jättämä sisäinen arpikudos. LymphaTouch-laitteen suuret suulakkeet mahdollistavat laajojen faskiapintojen tehokkaan käsittelyn, mikä poistaa liikerajoituksia ja helpottaa kroonista kipua.

Hoitokertojen välillä on tärkeää seurata kudoksen reaktiota. Usein jo yhdellä käsittelyllä saadaan näkyvää muutosta, mutta pysyvimmät tulokset syvissä kiinnikkeissä vaativat säännöllistä sarjahoitoa.

Investointi, joka säästää terapeuttia ja parantaa hoitotuloksia

LymphaTouch-laitteen hankinta on investointi, joka maksaa itsensä takaisin paitsi euroina, myös ammatillisena arvostuksena ja oman työkyvyn turvaamisena. Kun pystyt tarjoamaan vaikuttavaa arpihoitoa, jota on vaikea toteuttaa pelkästään käsin, klinikastasi tulee alueellinen asiantuntijakeskus.

Paremmat tulokset, tyytyväisemmät asiakkaat

Vaikuttava arpihoito on usein puuttuva palanen monen potilaan kuntoutuspolulla. Kun alipaineen avulla saadaan poistettua kireyksiä, joihin asiakas on jo ehtinyt tottua, syntyy vahva luottamussuhde. Tämä johtaa usein siihen, että asiakkaat sitoutuvat pitempiin hoitojaksoihin ja suosittelevat palvelujasi muille. Laitteen avulla saavutetut näkyvät tulokset, kuten arven vaaleneminen ja joustavuuden lisääntyminen, ovat parasta mahdollista markkinointia ammattitaidostasi.

Käsien säästäminen ja työuran pidentäminen

Yksi merkittävimmistä hyödyistä on työn fyysisen kuormituksen väheneminen. Tiukan arpikudoksen ja syvien kiinnikkeiden

manuaalinen muokkaaminen vaatii terapeutilta jatkuvaa puristusvoimaa, mikä altistaa sormien ja ranteiden kulumiselle. LymphaTouch tekee raskaan työn eli kudoksen noston puolestasi. Tämä tarkoittaa, että voit tehdä useampia intensiivisiä arpihoitoja päivässä ilman, että omat kätesi väsyvät. Se on suora sijoitus siihen, että pystyt tekemään rakastamaasi työtä terveenä vielä vuosienkin päästä.

Laitteen tuottavuus

Kuten aiemmissa laskelmissa totesimme, laite alkaa tuottaa voittoa jo muutamalla viikoittaisella hoitokerralla. Arpihoito on palvelu, josta asiakkaat ovat valmiita maksamaan, koska se ratkaisee konkreettisen ja usein pitkäaikaisen ongelman. Kun kuukausittainen leasing-erä on kuitattu muutamalla hoitokerralla, jokainen sen jälkeinen käsittely kasvattaa suoraan yrityksesi kannattavuutta – ja tekee sen tavalla, joka on sinulle itsellesi fyysisesti kevyempää.



“LymphaTouch-hoidot ovat erinomainen lisä palveluvalikoimaan, ja niiden tuoma taloudellinen hyöty on selkeä.”

Laura Kivimäki-Vartiainen,
Helsinki Wellness Center

Nyt on mahdollisuutesi kokeilla LymphaTouchia ilmaiseksi!

Laitteen käyttöönotto on suunniteltu fysioterapeuteille mahdollisimman helpoksi ja joustavaksi. Voit tutustua laitteeseen ja sen tarjoamiin mahdollisuuksiin ilmaisella kahden viikon kokeilujaksolla, jonka aikana pääset näkemään, miten alipainehoito toimii käytännössä.

Varaa seuraavaksi tutustumisaika,
niin kerron lisää laitteesta ja
ilmaisesta kokeilusta.

Anna Viitala
Fysioterapeutti,
LymphaTouch

[Varaa ilmainen kokeilulaite »](#)

