

Michael Hartmann  
- Heilpraktiker –  
Bezirksstr. 6  
63755 Alzenau  
Tel: 06023 – 408 99 43

## Die Lymphe

Als Lymphe wird die, in den Lymphgefäßen enthaltene, wässrige, hellgelbe Flüssigkeit bezeichnet, die das Zwischenglied zwischen der Gewebsflüssigkeit und dem Blutplasma bildet. Das Lymphsystem mit den Lymphgefäßen als Leitungsbahnen ist neben dem Blutkreislauf das wichtigste Transportsystem im menschlichen Körper. Es ist auf den Transport von Nähr- und Abfallstoffen spezialisiert und entsorgt in den Lymphknoten auch Krankheitserreger wie Bakterien und Fremdkörper.

In der Irisdiagnostik hat die Lymphe sogar eine eigene Konstitution, nämlich den Lymphatiker. Menschen mit blauen Augen haben eine lymphatische Konstitution und neigen eher zu Krankheiten des Lymphsystems sowie Entzündungen und allergischen Reaktionen.

Das Lymphsystem transportiert Stoffe, deren Teilchengröße den direkten Transport aus dem Gewebe in die Zirkulation durch die Kapillarwand nicht zulässt. Dazu gehören Eiweiße und Fette aus dem Verdauungstrakt.

Weiterhin kommt der Lymphe eine zentrale Rolle im Immunsystem zu, da sie Fremdkörper und Keime zu den Lymphknoten transportiert. Dort wird die Immunantwort eingeleitet, indem sich die für die betreffenden Fremdkörper spezifischen Lymphozyten vermehren. Die Vermehrung von spezifischen T- und B-Zellen im Lymphknoten wird als „Germinal Center“ Reaktion bezeichnet. Auch diese werden aufgenommen und der Zirkulation zugeführt. Dies gewährleistet, dass Fremdkörper überall im Körper bekämpft werden können. Bei einer Störung des Lymphabflusses durch Verstopfung der Lymphgefäße kommt es zu Lymphödemen, Flüssigkeitsansammlungen im Zwischenzellraum. Diese können auch auftreten, wenn im Rahmen einer Tumoresektion die benachbarten Lymphknoten entfernt wurden.

Da das menschliche Zellgewebe auf eine flüssige Umgebung angewiesen ist, das Urmeer sozusagen, wird hieraus ersichtlich, dass zur Vorbeugung und Therapie von Lymphbeschwerden immer auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr sowie ausreichend Bewegung geachtet werden muss, um die Flüssigkeit in Bewegung zu halten.