

Lümfisüsteemi avastamise ja lümfiteraapia ajalugu

Raili Raik,
Age Kristel Kartau

Lümfisüsteemi olemasolu on enamikule inimkonnast (sealhulgas ka meedikutele!) läbi sajandite täiesti teadmata olnud, ning veelgi vähem teatakse selle ravivõimalustest.

Kõige esimene lümfisüsteemi anatoomia õpik, mis kõiki süsteemi osi täies ulatuses kirjeldas, ilmus alles 1932. aastal prantslase Henri Rouviere (1876-1952) sulest („*L'anatomie des Lymphatiques de l'Homme*”).

Manuaalset lümfidrenaaži (MLD) on Eestis õpetatud alates 2002. aastast ning enamik arste ja kosmeetikuid ei pruugi veel tänasekski sellega isiklikult kokku puutunud olla. Esimene kompleksse füüsilise lümfiteraapia kursus Tallinnas toimus 2005. aasta mais-juunis, millest alates on 20 diplomeeritud lümfiterapeuti võimalik üles leida www.massaziliit.ee netilehe kaudu.

Saksamaal, kust see süsteem Eestisse jõudis, avati esimene MLD kool 1969. aastal Essenis. Kogu maailmas leiutasid selle algvariandi prantsuse Rivierale, Cannes'i kolinud taani abielupaar dr. Emil ja Ester Vodder umbkaudu aastatel 1929–1932 ja töid selle avalikkuse ette esmakordselt aastal 1936. rahvusvahelisel ilu ja tervise messil Pariisis.

Üksikuid lümfisüsteemile viitavaid katkendlikke teateid on meieni jõudnud juba antiikajast. Tõenäoliselt oli Kosi saarelt pärit rändarst Hippokrates (460-377 e.Kr), kellele toetuv „*Corpus Hippocraticum*“ rajas meditsiini terminoloogia, esimene, kes oma tegevuse kõrgajal umbes 410. – 400. e.Kr muu hulgas rääkis ka soontest, kus voolab „valge veri”. Universaalõpetlane Aristoteles (384-322 e.Kr), Platoni õpilane ja Makedoonia Aleksandri õpetaja, uuris ligi sada aastat hiljem värvitult vedelikku nii inimeste kui loomade kehas. Hellenistlikus Alexandrias leiti lümfisoone jaoks ka juba nimetus – piimatee (*ductus lactei*). Alexandria koolkonna kuulsaim arst Philon kirjeldas „soolestikust pihvahakkavaid sooni, mis suubuvad torukujulistesse kehakestesse”, millest võib arvata, et avastatud olid ka juba lümfisõlmed.

Rooma riigi langusega ja kristliku kiriku võimulepääsemisega, mis inimkeha uurimise patuteoks kuulutas, läksid need teadmised peaaegu 2000 aastaks inimkonna jaoks kaduma. Alles hilis-keskajal ilmusid antiikteaduse tarkused osaliselt araablaste ning hispaania ja itaalia usuvahetajate seas jälle lagedale ning rajasid teed renessansile.

23. juulil 1622 tegi renessansi-itaalia arst Gaspare Aselli (1581-1626) koera viviseksiooni, mis sai lümfisüsteemi taasavastamisele teedrajavaks. Pooljuhuslikult märkas ta elavat koera pärast söömist lõigates looma kõhu-rinnakorvi piirkonnas kahte valget niiti, mida ta luges esialgu ekslikult närvideks. Kui aga nähtavale tulid päris närvid, mis nägid välja hoopis teistsugused, haaras ta hämmastunult terava noa ja tegi sisselõike eriskummalisse niidikesse, millest voolas välja valge, piimataoline vedelik. Ta nimetas oma avastuse „piimaveenideks” (*chyliferi*). Järgnevalt otsis ta neid ka teist koera lahti lõigates – ent avastas imestusega, et nälgasel koeral polnud äsjaavastatud sooni näha. Korrates oma katset üha uute katseloomadega (kassid, lambad, hobused), suutis ta tõestada, et „piimaveenid” on tõepoolest seotud sellega, kas loom on söönud või mitte, ning järelikult osa seedimisprotsessist.

Umbes 30 aastat hiljem avastas prantslane Jean Pecquet (1622-1674) ühe koera kehas tsisternilaadse mahuti, millesse voolasid kokku suured lümfisooned alakehast, soolestikust ja vasakust ülajäsemest. Ühel mõrvatul, kes enne tapmist oli oma kõhu korralikult täis söönud, avastas ta sellise elundi ka inimesel ja 1651. nimetas selle piimandimahutiks (*cisterna chyli*).

Taanlane Thomas Bartholini andis 1. mail 1652 ühes oma ettekandes neile äsjaavastatud vedelikuteedele nimeks „lümfisooned” (*vasa lymphatica*), võttes sõna „*lympa*” (lad. *limpia* – puhas, selge) kasutusele „puhta vee” tähenduses selle vedeliku läbipaistvuse tõttu. Juba 1655. kirjeldas ta lümfisüsteemi ja selle ülesandeid tervikuna, ent sattus seetõttu tülli rootslase, Uppsala ülikooli anatoomikumi rajaja Olof Rudbeckiga, kes enda sõnul jõudis lümfisüsteemi seosed avastada esimesena.

Süsteemist teadlikuks saamise järel püüdsid mitmed uurijad lümfisooni nähtavaks muuta. Edu saatis lõpuks anatoomi Anton Nuck'i (1650-1692). Ta katsetas 1692. aastal iseenda peal elavhõbeda süstimist ja suutis sellega nahaaluste lümfikapillaaride võrgustiku selgelt välja joonistada, ent maksis oma eluga. Tema leiutatud meetodit täiustasid järgmised teadlased Mascani 1787 ja Cruikshank 1789, kuid samuti suuremate tulemusteta.

Alles 200 a pärast Nuck'i eneseohverdust jõudis prantslane Marie Philibert Constant Sappey (1810-1896) katseloomade ja süüdimõistetud kurjategijate peal elavhõbedat kasutades teha sarja üksikasjalikke vasegravüüre, mis avaldati 1874. aastal („*Anatomie, physiologie, pathologie des*

vaisseaux lymphatiques considérés chez l'homme et les vertébrés“ Pariis, 1874). Sellele põhjalikule atlasele toetusid nii 1932. avaldatud Henri Rouviere'i õpik kui ka dr. Emil Vodderi manuaalse lümfidrenaaži meetodika.

Emil Vodder sündis 20. veebruaril 1896 Kopenhaagenis. Ta õppis 8 semestrit keeli, laulmist, mineraloogiat, sotsioloogiat, bioloogiat, meditsiini, tsütoloogiat ja füsioteraapiat koos rootsi massaažiga. Ta omandas filosoofia doktori kraadi 1928. Brüsseli Ülikoolis ning kolis koos abikaasa Ester Vodderiga, kes oli õppinud loodusravi Berliinis, seejärel Rivierale, kus nad rajasid omanimelise Füsioteraapia Instituudi.

Riviera puhkajate hulgas oli palju inglasi, kes Londoni külma ja niiske ilma tõttu krooniliste külmetushaiguste käes vaeveldes igal aastal soojale Vahemere rannikule end ravima sõitsid. Vodder avastas neile patsientidele massaaži tehese, et paljudel neist olid kaelapiirkonnas lümfisõlmed (nn. „kaelanäärmed“) tuntavalt paistes ja kõvad. See viis ta mõttele, kas nende ummistunud piirkondade töötlemise kaudu poleks võimalik patsientide haiguspiilti mõjutada.

Oma sõnul intuiitiivselt valis ta väga õrna, aeglase, ringikujulise, pumpava liigutuse, et teha massaaži kurguhaigete kaelale. Rootsi massaaži põhimõtete järgi oli haigete lümfisõlmede puudutamine keelatud. Meditsiinasjatundjad nimetasid Vodderi ettevõtmist rängaks eksimuseks ning nägid selles tõsist ohtu patsientide elule ja tervisele, liiatigi, et antibiootikumid olid tol ajal veel tundmatud.

Hoolimata kriitikute ägedatest rünnakutest ja hoiatustest saavutas ta edu. Erinevate kaebustega kroonilistel haigetel (nina-kurgu-katarrist ebapuhta naha probleemideni) hakkasid sümptomid kiiresti vähenema, mitte halvenema, ning patsiendid pöördusid koju tervetena. Hoolimata tuhandetest protseduuridest ei kohanud Vodder mitte ühtegi juhtumit, kus tema imeõrn massaažimeetod oleks kahju toonud.

Praktilise meetodi edust innustatuna hakkas Vodder uurima lümfisoonte võrgustiku anatoomiat ja lümfisüsteemi ülesandeid Marie Philibert Constant Sappey atlase ja Henri Rouviere'i õpiku järgi, tuginedes eelkõige oma kaasmaalase Thomas Bartholini arusaamale lümfist kui kõikvõimsast puhastusvedelikust organismis.

Teadustöö võimaluste parandamiseks kolis abielupaar Vodderid 1933. aastal Pariisi. Et meditsiiniringkonnad ega ka rootsi massaažile tuginev füsioteraapia teda tunnustada ei soovinud, astus ta oma meetodiga „*le drainage lymphatique*“ nime all esimest korda üles kosmeetikute rahvusvahelisel maailmanäitusel Pariisis 1936. aastal. Sõja puhkedes kolisid Vodderid Taani tagasi ning alustasid pärast sõda uuesti oma meetodi praktiseerimist ja tutvustamist.

Ka 1950-ndatel aastatel äratas Vodder'i meetod huvi kõigepealt kosmeetikutes, kes nägid võimalust lümfidrenaažist oma töös kasu lõigata. Abielupaar rändas mööda Euroopat ringi, pidas ettekandeid ja tegi lümfidrenaaži kursuseid.

Vodder nägi lümfis kõikvõimast „eluedelikku“, ning pidas oma lümfidrenaaži seetõttu universaalseks ravimiks mille iganes vastu. Seetõttu kippusid loodusteaduslikult orienteeritud meditsiiniringkonnad tema üle naerma ning lugesid teda „parameedikuks“. Alles 13. novembril 1984 andis Füüsikalise Teraapia Ühingu eestseisus talle hilinenud tunnustusena üle Wilhelm-Rohrbachi medali, mida vastu võttes oli ta juba 88-aastane. Emil Vodder suri 89 aasta vanusena Bagsvaerdis Kopenhaageni lähedal 17. veebruaril 1986.

MLD protseduuride ametlik rahastamine haigekassa kaudu on seotud eelkõige lümfoloogia teadus-uuringute edusammudega Saksamaal. Meditsiini poolt heaks kiidetud kompleksne füüsikaline lümfiteraapia sai alguse Esseni arsti dr. Johannes Asdonki tutvumisest Emil Vodderi MLD meetodiga 1963. aastal.

Johannes Asdonk sündis 25. septembril 1910 Kamp-Lintfort Reini alamjooksul. Ta lõpetas 1936. Münsteri Ülikooli arstiteaduskonna ja osales sõjas laatsaretiarstina. Oma arstipraksist alustas ta 1945. Rheurdt'is ning kolis 1956. Essenisse, olles eelkõige huvitatud reumaatilistest haigustest ja kiropraktikast.

1963. aastal osales ta praksises tol hetkel abiarstina töötanud kosmeetik Christa Bartetzko, Asdonki tulevane abikaasa, Emil Vodderi MLD kursusel ning tutvustas seda ka Asdonkile. 1964. aasta kevadel sai Johannes Asdonk Regensburgis isiklikult Emil Vodderiga tuttavaks ning sõitis veel sama aasta jooksul Kopenhaagenisse, et MLD võtteid isiklikult Vodderi käest õppida.

Vaimustunud Asdonk otsustas hakata seda pehmet massaaživiisi kombinatsioonis kiropraktikaga katsetama eksperimentaalkorras oma patsientidel ning saavutas hoopis mitmekesisematele kaebustele lahendusi kui varem. Et haigekassa MLD eest sel ajal veel ei maksnud, jagunesid

patsiendid kaheks grupiks: isemaksjad, kes said MLD, ning haigekassa patsiendid, keda ta ravis ilma MLD kasutamata. Mitmete diagnooside juures, nagu näiteks selgroohädadega kaasneva ärritussündroomi puhul, tekkis selgesti täheldatav ravitulemuste vahe sõltuvalt sellest, kas patsient sai MLD või mitte.

See innustas Asdonki ja ta kaastöötajaid hakkama korjama teaduslikke katseandmeid MLD mõjude uurimiseks. Oma esimese artikli MLD mõjust avaldas dr. Asdonk 1965. aastal. Järgnesid tööd MLD mõjust sidekoe olukorrale, mikrotsirkulatsioonile ning lümfikapillaaride ja lümfisoonte käitumisest MLD seansi ajal.

1967. aastal loodi „Dr.Vodderi Manuaalse Lümfidrenaaži Ühingu“ teadus-uuringute läbiviimiseks ja lümfiterapeutide koolitamiseks. 1969. rajas dr. Asdonk Essenis lümfidrenaaži kooli, kus ka Emil ja Ester Vodder olid õpetajateks.

MLD näidustuste ringi laienemine ja täpsustumine tursetega lõppevate või tursete poolt põhjustatud haiguspiilide osas, ajendas Asdonki ja ta kaastöötajaid Vodderi algseid võtteid selekteerima, varieerima ja muutma. See viis Vodderi ja Asdonki vahelise tülini, ning 1971. demonstreerisid nad „Dr.Vodderi Manuaalse Lümfidrenaaži Ühingu“ juhtkonna ees kahte erinevat lümfidrenaaži võttestikku. Õnneks suudeti tehniline tüliküsimus hoida salajas ning MLD seaduslikuks tunnistamine ei kannatanud.

1972. kolis Asdonk Schwartzwaldi ning rajas Saigis maailma esimese lümfiteraapia kliiniku, kombineerides MLD võtteid täiendatud ödeemivõtete, kompressiooterapia ja liikumisraviga. 1973. saavutas uus kliinik ka ametliku tunnustuse, ning 1975 nimetati ümber Feldbergkliinikuks.

1.novembril 1974 saavutas lümfiteraapia lümfödeemide raviedukuse tõttu Saksa Füsioterapeutide Liidu heakskiidu ning täiendkoolituse tunnustuse olemasolul muutus lümfiteraapia Saksamaal Haigekassa poolt kaetavaks meditsiiniliseks protseduuriks. 1976. rajati Saksa Lümfoloogia Selts, mis aitas veelgi kaasa teadusliku tõendusmaterjali kogumisele MLD tõhususe kohta.

Johannes Asdonk sai 1986. aastal Liiduteenistusristi 1.klassi kavaleriks ja 1987. Saksa Lümfoloogia Seltsi aupresidendiks. 1994. aastast alates elas ta oma abikaasaga Šveitsis Vierwaldstättersee ääres Weggis ja suri seal 29.juulil 2003.