



Oedeemtherapie

Wat is lymfoedeem?

Lymfoedeem is een ophoping van vocht in weefsel, bijvoorbeeld in een ledemaat (arm of been) en is het gevolg van stoornissen in de afvoer van lymfevocht. Meestal zijn dit blijvende stoornissen en heeft dit blijvende consequenties voor een patiënt, er zijn verschillende vormen van lymfoedeem:

- Secundair lymfoedeem: nadat er lymfknoopen verwijderd zijn door een operatie of als complicatie van bestraling. Bijvoorbeeld na het weghalen van lymfknoopen uit de oksel bij een borstoperatie als gevolg van borstkanker.
- Primair lymfoedeem: dit is een aangeboren vorm van lymfoedeem waarbij het lymfsysteem onvoldoende goed is aangelegd.
- Lipoedeem: hierbij is er een stoornis in de aanmaak van vetweefsel en is de afvoer van lymfe via de lymfvaten niet optimaal. Het gevolg is een onderhuidse ophoping van vet(lip) en vocht(oedeem).

Wat is de behandeling van lymfoedeem?

De behandeling van lymfoedeem richt zich op vermindering van de aanmaak van lymfevocht en verbetering van de afvoer van lymfevocht. De therapie bestaat uit 2 fasen; een eerste fase van intensieve behandeling waarbij zoveel mogelijk de zwelling wordt verminderd en een 2e fase waarbij het voorkomen van de terugkeer van het lymfoedeem op de voorgrond staat.

De therapie bestaat uit een combinatie van de volgende behandelmogelijkheden:

- Voorlichting over oorzaak en gevolg van het lymfoedeem en daarbij uitleg en advies over maatregelen die de patiënt zelf kan treffen om het oedeem te verminderen.
- Compressietherapie: door middel van het bandageren van een been of arm met lymfoedeem wordt een continue druk aangebracht die het uittreden van vocht tegengaat en de afvoer van lymfe ondersteunt. Wanneer de omvang van de arm of het been stabiel is wordt meestal een therapeutische elastische kous aangemeten.
- Manuele lymfedrainage: een massagetechniek waarbij, met lichte drukverschillen, vooral de huid wordt verschoven en op rek gebracht waardoor de afvoer van lymfevocht sterk gestimuleerd wordt.
- Oefentherapie: oefeningen waarmee de patiënt zelf de afvoer van lymfevocht kan stimuleren. U kunt hierbij denken aan rek- en strek oefeningen of grote langzame bewegingen zoals bijvoorbeeld toegepast binnen Tai-Chi.

De behandeling van lipoedeem bestaat vooral uit compressietherapie en oefentherapie.

Voor meer informatie www.nvfl.nl