

Ассоциация лимфедемы в Израиле и веб-сайт

Веб-сайт и страницы с пояснениями являются инициативой Ассоциации лимфедемы в Израиле, зарегистрированной ассоциации 580435766

Ассоциация была создана, как некоммерческая организация в связи со следующими проблемами:

недостаточные знания о болезни и недостаточная осведомленность медицинского персонала больниц и поликлиник означает, что потенциальные пациенты не получают достаточно знаний о болезни и ее опасности, в результате чего многие вопросы пациентов остаются без ответов.

недостаток знаний медицинского персонала означает, что учреждения не дают ответы и решение большинства проблем и недостаточно осведомлены о потребностях пациентов.

Ассоциация была создана как некоммерческая организация с целью распространения и углубления знаний по теме лимфедемы. Вы можете связаться с нами через веб-сайт по электронной почте: Ial_lymph@walla.com

Причины создания ассоциации

*Из-за различной степени нарушений, лимфедема имеет множество последствий, которые варьируют от пациента к пациенту.

*Недостаточные знания о болезни и недостаточная осведомленность медицинского персонала больниц и поликлиник означает, что потенциальные пациенты не получают достаточно знаний о болезни и ее опасности, в результате чего, многие вопросы пациентов остаются без ответов.

* Недостаток знаний медицинского персонала означает, что учреждения не дают ответы и решение большинства проблем и недостаточно осведомлены о потребностях пациентов.

Лимфедема (или лимфатический отек)

это скопление лимфатической жидкости (прозрачной жидкости с высоким содержанием белка) в тканях кожи из-за недостаточности лимфатической системы или её дисфункции. Припухлость (отек) может появиться на конечностях (как правило), грудной клетке, молочной железе или любой другой части тела.

Лимфатическая система отвечает за возврат жидкости и белка из межклеточной ткани в кровотоки, за фильтрацию посторонних факторов, таких как бактерии, вирусы, раковые клетки и неорганические вещества, и является главной составляющей иммунной системы организма.

Важно знать, что лимфедема, как только она появилась, является хроническим неизлечимым заболеванием, но поддается контролю с помощью надлежащего лечения и «поддерживающей терапии».

Симптомы

Есть некоторые признаки, указывающие на проблемы в лимфатической системе, частично видимые, а частично субъективные ощущения пациентов:

Главный признак - припухлость в одной части тела, чаще всего в конечностях.

Ощущение тяжести и дискомфорта в определенной области.

Затвердение в области отека и появление боли (на более поздних стадиях).

Ограничение подвижности.

Изменения кожи вплоть до вытекания лимфатической жидкости.

Причины образования

Причины сбоя в работе лимфатической системы разнообразны. Различают две основные группы отеков: те, что образуются из-за врожденного дефекта лимфатической системы (первичная лимфедема), и те, что развиваются в результате некоторого повреждения системы в течение жизни (вторичная лимфедема).

Первичный лимфатический отек обычно возникает в том случае, когда в организме маленькое количество лимфатических сосудов, мало или недоразвиты лимфатические узлы. Этот вид отеков может появиться сразу после рождения, в подростковом возрасте и после 35 лет.

Вторичная лимфедема возникает в том случае, когда есть поражение лимфатической системы: лимфатических сосудов (через которые проходит лимфатическая жидкость) или в самих лимфатических узлах.

Основные причины образования вторичной лимфедемы:

- Операция по удалению лимфатических узлов - например, лимфедема ноги после удаления паховых лимфатических узлов при операции по лечению рака шейки матки, рака матки, рака яичников, рака мягких тканей или рака простаты. Лимфедема руки после удаления лимфатических узлов в подмышечной впадине после операции по лечению рака груди.
- Лучевая терапия.
- Инфекции из разных источников.
- Хроническая венозная недостаточность.
- Травмы или операции (включая пластические операции).

Осложнения.

Без лечения, лимфедема может вызвать следующие симптомы:

- Рецидивирующие инфекции.
- Деформация отечной конечности.
- Ограничение движения и снижение повседневной активности.
- Медленное заживление ран.
- В редких случаях - развитие злокачественной опухоли (лимфангиосаркомы) на пораженном участке.

Лечение лимфатического отека

Лечение пациента с лимфедемой проводится командой, в которую входят физиотерапевт, врач и пациент, с целью уменьшить степень отека, остановить его прогрессирование, поддерживать оптимальное состояние и, таким образом, улучшить качество жизни пациента. На сегодняшний день наиболее актуальным и принятым консервативным лечением является комбинированное лимфатическое лечение, которое включает гигиену кожи для предотвращения инфекций, лимфатический массаж / дренаж, давящие повязки, упражнения, рекомендации по самостоятельному массажу и физической активности.

При отеке, который был диагностирован, как лимфатический отек, следует получить направление от лечащего врача (сосудистого хирурга / хирурга / онколога / специалиста по лечению язв / ортопеда и т. д.) для проведения физиотерапевтического лечения лимфатического отека (лимфатическая физиотерапия). Физиотерапевтическое лечение включено в корзину здоровья и предоставляется физиотерапевтическими кабинетами поликлиник или частными физиотерапевтами, имеющими договор с больничными кассами. Лечение должен проводить физиотерапевт, имеющий соответствующую подготовку по лечению лимфатического отека.

Первое посещение включает осмотр и оценку пациента и тяжести отека: тяжесть отека и его классификацию, оценку состояния кожи, измерение окружности конечности, физическую и функциональную оценку. Будет дано подробное объяснение физиотерапевтического лечения лимфатического отека и составление плана лечения.

Составляющие лимфатической терапии

профилактика:

При венозной недостаточности, после хирургических вмешательств, травм, параличей, вызывающих лимфатический отек, могут быть даны рекомендации по предотвращению развития или усиления отеков нижних конечностей. Также при первичной лимфедеме профилактическая программа может быть построена на начальном этапе. Иногда до или после онкологической операции, при которой планируется удаление лимфатических узлов, проводятся дополнительные профилактические процедуры.

Если диагностирована лимфедема:

на первом этапе -

- Частота процедур на этом этапе определяется выраженностью лимфедемы, состоянием кожи и скоростью уменьшения отека. В ситуациях, когда есть отек высокой степени тяжести, частота лечения может составлять от 3-5 процедур в неделю.
- Физиотерапевт измеряет и записывает окружность конечности для расчета объема конечности.
- Дается информация о мерах предосторожности для предотвращения обострения лимфатического отека. В инструкции указывается на важность соблюдения целостности кожи, предотвращения инфекций и предотвращения травм.
- Лимфатический массаж (ручной лимфодренаж) - это особая техника массажа для передвижения лимфатической жидкости из переполненных и

заблокированных участков в другие части тела, где лимфатическая система функционирует нормально.

Дополнительное воздействие массажа - смягчение кожи, уменьшение чувствительности кожи, уменьшение боли и заживление хронических язв.

- Инструкция по самостоятельному лечению включает дыхательные упражнения, самомассаж и / или использование приборов.
- Применение компрессионной повязки с помощью бинтов или эластичных рукавов / чулок, предназначенных для улучшения удаления скопления лимфатической жидкости и предотвращения возврата дренированной жидкости. Физиотерапевт обучает пациента самостоятельно бинтовать конечность и пациент находится с повязкой большую часть дня, за исключением купания, для достижения максимального результата. На этом этапе лечения используются повязки с низким уровнем эластичности, чтобы в состоянии покоя давление было терпимым, а во время активности на отечной конечности давление было более эффективным.
- Начальный период бинтования может длиться от нескольких дней до нескольких недель. Теперь есть удобные альтернативы бинтам, которые включают повязки с застежкой-липучкой, ночные повязки и многое другое. Решение о технике и типе повязки должно приниматься физиотерапевтом и пациентом.
- Физиотерапевт дает инструкции по упражнениям, адаптированным для активации мышц, с тем чтобы помочь дренировать лимфатическую жидкость и уменьшить отек.

В хронической фазе – поддержание и наблюдение

- На этом этапе частота процедур значительно уменьшается и зависит от степени сохранения объемов.
- Пациент учится самостоятельно продолжать лечение и контроль с помощью самомассажа и / или с помощью прибора лимфапресс.
- Когда отек максимально уменьшится и остается стабильным (когда измерения лимфатического отека стабилизируются), пациенту подбирается компрессионная одежда: рукав / перчатка / колготки / носок / бюстгальтер. Аксессуар будет подогнан под размер и форму конечности - на заказ или готовое стандартное изделие. Также существует множество различных разработок для компрессионной одежды, а также аксессуаров, помогающих носить и снимать компрессионную одежду.
- Рекомендуется общая физическая активность - необходимо проконсультироваться с лечащим физиотерапевтом относительно типа тренировки, дозировки, использования давящей повязки во время тренировок и контроля влияния тренировки на отеке. Если вы пользуетесь услугами фитнес-инструкторов, они должны знать о лимфедеме или обращаться к лечащим физиотерапевтам за инструкциями.
- Контроль за поддержанием объема конечностей - регулярное измерение окружности. Измерение может быть самостоятельным в домашних условиях или будет проводиться при посещении физиотерапевта.
- Необходима проверка физиотерапевтом компрессионной одежды (есть естественный износ при постоянном использовании). Настоятельно рекомендуются специальные водные упражнения (например, метод Тидхара).

Направление в группы поддержки пациентов с лимфедемой / Lymphedema Association.

Пневматические компрессионные устройства (например, Lymph-Press)

На рынке имеются приборы с пневматическим давлением, которые создают переменное давление воздуха, что способствует возврату лимфы. Их следует использовать после консультации с лечащим врачом и физиотерапевтом, и они требуют инструкций по правильному использованию. Важно помнить, что предварительный самостоятельный лимфатический массаж является частью протокола лечения.

Инвазивно-хирургическое лечение лимфедемы

В прошлом веке был испробован ряд хирургических методов для уменьшения и даже излечения лимфедемы. От многих техник отказались. Следует рассмотреть осторожный хирургический подход, поскольку операция является инвазивной, рискованной и необязательно исключает необходимость дальнейшего хронического лечения. Операция не подходит пациентам с активным онкологическим заболеванием. В Израиле, как и в большинстве стран западного мира, место операций в спектре лечения незначительно и редко предлагается пациенту в качестве основной альтернативы. Большинство операций не имеет долгосрочных исследований.