

Informatiefolder Lymfoedeem

Lymfoedeem is een abnormale ophoping van lymfvloeistof in een arm of been, de romp, de hals, het gezicht of het bekken.

Symptomen

Vaak zijn er geen klachten en is alleen een zwelling te zien. Wanneer de zwelling toeneemt, kun je problemen krijgen met bewegen en/of een gevoel van zwaarte of spanning krijgen, een strak of moe gevoel, huidveranderingen, zoals vochtblaasjes, het harder worden van de huid, lichte zwelling en tintelingen of prikkelende pijn.

Oorzaak

Lymfevocht is een vloeistof met eiwitten, afvalstoffen en afweerstoffen. Lymfoedeem ontstaat als er te veel lymfevocht wordt aangemaakt, of als dit niet goed wordt afgevoerd. Er zijn twee vormen bekend.

Aangeboren (primair) lymfoedeem

Bij een aangeboren (primair) lymfoedeem zijn de lymfevaten of lymfeklieren niet helemaal goed aangelegd of werken niet goed.

Niet-aangeboren (secundair) lymfoedeem

Dit ontstaat door invloeden van buitenaf, waardoor de lymfevaten of lymfeklieren beschadigd zijn geraakt door verbranding van de huid, een botbreuk of wondroos. Lymfoedeem kan ook ontstaan na behandeling van kanker. Hierbij zijn dan lymfeklieren en lymfevaten verwijderd of beschadigd door operatie en/of bestraling.

Onderzoek

Lymfoedeem is meestal makkelijk te herkennen door een specialist. Uw arts zal voelen of er oedeem zit. Een dikke voet en tenen passen bij lymfoedeem van het been. Er zal gekeken worden of er huidafwijkingen of verkleuringen van de huid te zien zijn. Ook kan er gevoeld worden aan de lymfeklieren. Als er wordt getwijfeld wordt soms een 'lymfescintigrafie' verricht. Bij lymfoedeem van de benen wordt dan tussen de tenen een licht radioactieve stof ingespoten. Tijdens het onderzoek moet er gelopen worden. Daarna worden er foto's gemaakt met een bepaald soort camera. De snelheid waarmee het lymfevocht is afgevoerd kan zo bekeken en gemeten worden.

Behandeling

De behandeling is afhankelijk van de oorzaak, ernst en locatie van het lymfoedeem en varieert van oefentherapie, compressie therapie, Intermitterende pneumatische compressie, manuele lymfedrainage (MLD) en chirurgie.

Wat kunt u zelf doen?

Lopen en bewegen is goed voor de benen. Lang staan en stilzitten is af te raden, want het leidt vaak tot stuwing in de benen. Deze stuwing kan bijdragen tot het uitbreiden van de spataders en zelfs tot het optreden van complicaties. Een eenvoudige, maar goede oefening om het been dun te krijgen is het aanspannen van de kuitspieren. De oefening kunt u staand of zittend doen en driemaal per dag is voldoende. Til het been van de grond en trek de tenen en enkel gedurende vijf seconden naar u toe, vervolgens duwt u gedurende vijf seconden de tenen en enkel van u af. Herhaal deze oefening drie keer. Als u werkzaamheden verricht die lang zitten of staan vereisen, is in veel gevallen het dragen van een korte therapeutisch elastische kous klasse 2, tijdens werkdagen, te adviseren. Verlaat tijdens vlieg- of busreizen enkele malen uw zitplaats voor een korte wandeling. Tenslotte heeft bestrijden van overgewicht een gunstige invloed op het ontstaan en uitbreiden van de klachten.

Meer informatie

Aanvullende informatie kunt u vinden op de website van de patiëntenorganisatie het Nederlands Lymfoedeem Netwerk: www.lymfoedeem.nl.

Tot slot

Wij zullen ons zo goed mogelijk inzetten om uw verblijf in onze kliniek voor u zo voorspoedig mogelijk te laten verlopen. Hierbij staan we altijd open voor kritiek, suggesties of opmerkingen, waardoor de kwaliteit van zorgverlening verbeterd kan worden. Wanneer u tijdens uw verblijf suggesties of opmerkingen heeft, schroom dan niet deze met de arts of een van de assistentes te bespreken.

Bereikbaarheid

U kunt ons van maandag tot en met vrijdag, van 08.00 uur tot 16.30 uur, bereiken via telefoonnummer 045-2080887. Uitsluitend voor spoedeisende gevallen, kunt u na 16.30 uur en in het weekend contact opnemen met de spoedlijn, 06-86895787.