

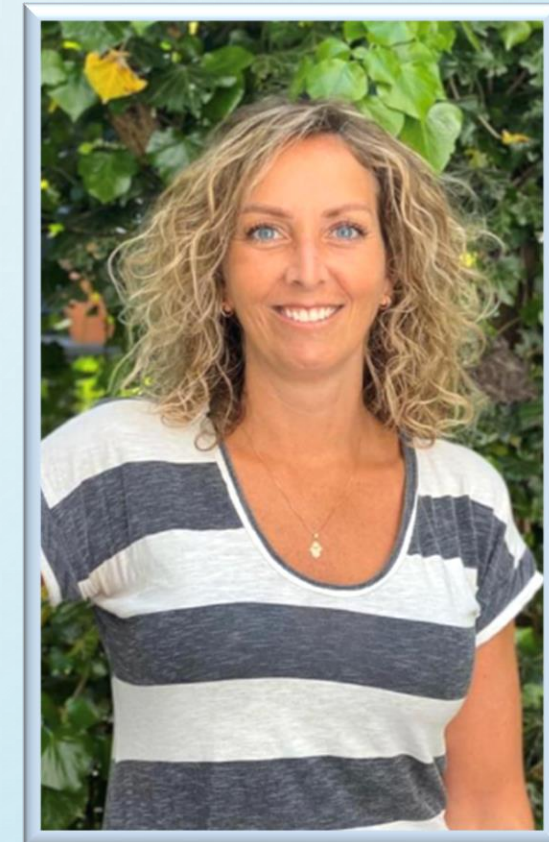
LYMFOEDEEM NA BEHANDELING VAN KANKER

OEI! IK GROEI!

EVEN VOORSTELLEN

ANITA BETTEN

- FYSIOTHERAPEUT
- OEDEEMTHERAPEUT
- SPECIALIST ONCOLOGISCHE REVALIDATIE
- CONSULENT THERAPEUTISCH ELASTISCHE KOUSEN EN ANDERE COMPRESSIE
- VOORZITTER FYSIOTHERAPIE COLLECTIEF AMSTERDAM
- VOORLOPIG BESTUUR AMSTERDAMS PARAMEDISCH PLATFORM
- DOCENT VOETZORG⁺



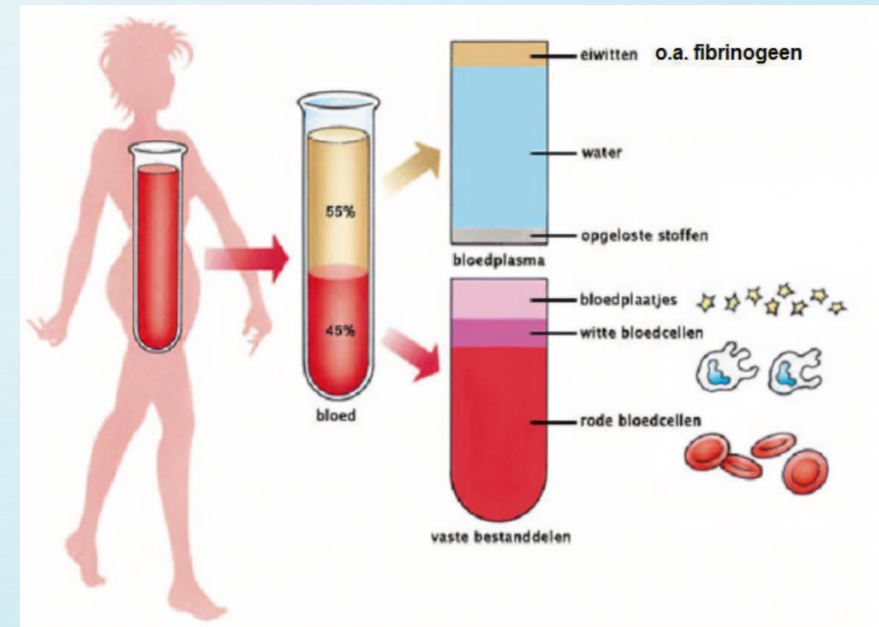
LYMFOEDEEM

- WAT IS HET?
- ONTSTAANSWIJZE
- WAAR OP TE LETTEN BIJ KLACHTEN?
- BEHANDELMOGELIJKHEDEN



EEN INLEIDING MET BLOED

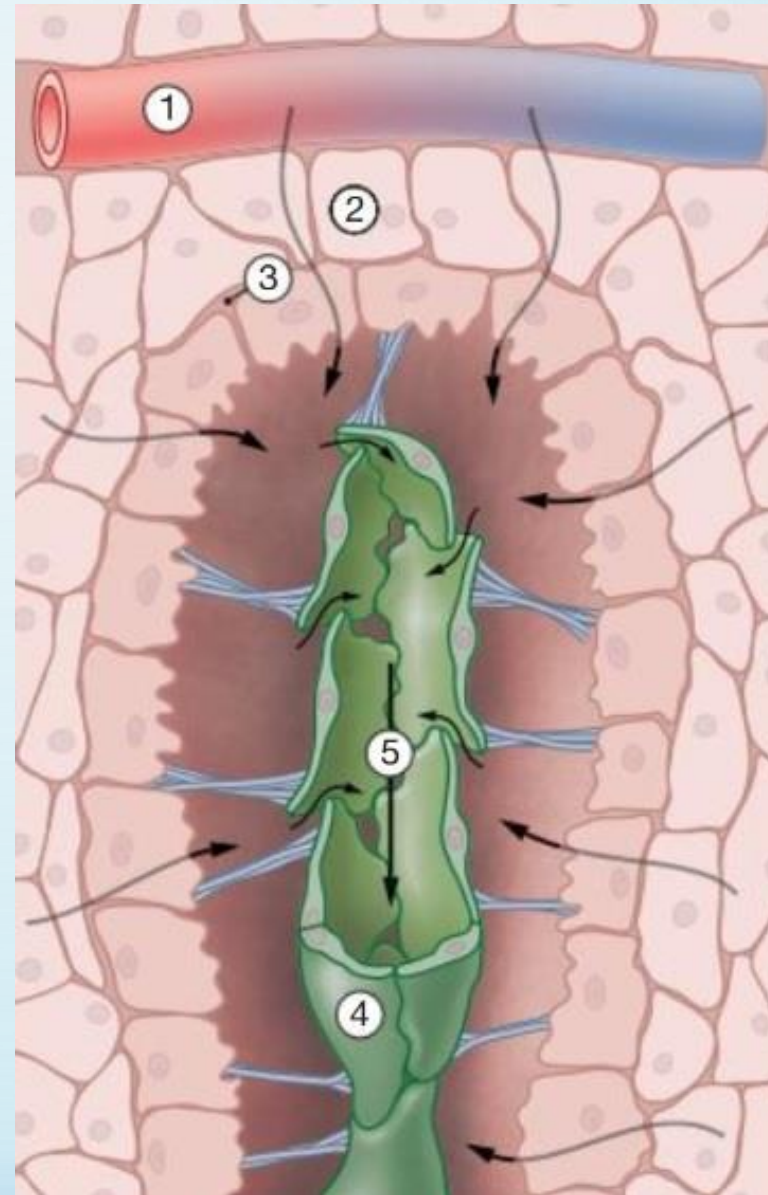
- AANVOEREN VAN VOEDINGSSTOFFEN EN AFVOEREN VAN AFVALSTOFFEN IS ESSENTIEEL OM TE KUNNEN LEVEN
- TRANSPORT VIA PLASMA
- BLOED = PLASMA + RODE EN WITTE BLOEDCELLEN + BLOEDPLAATJES
- BLOEDVATEN VORMEN EEN GESLOTEN CIRKEL MET HET HART ALS POMP



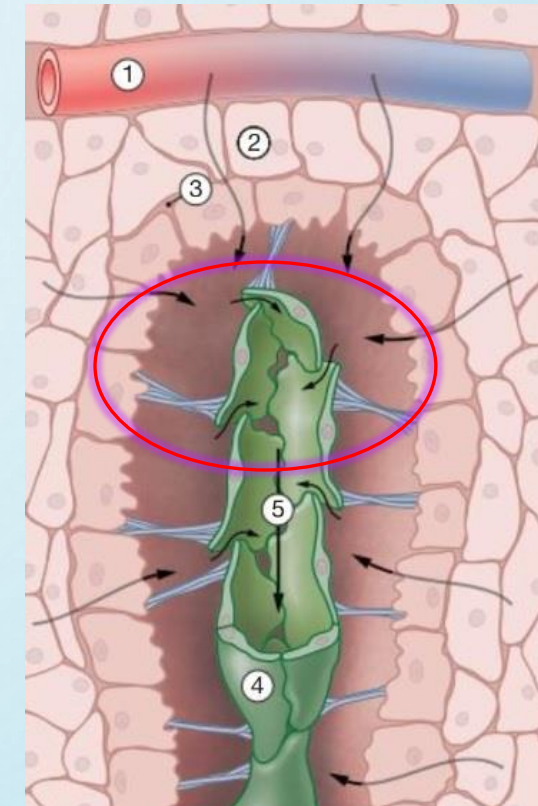
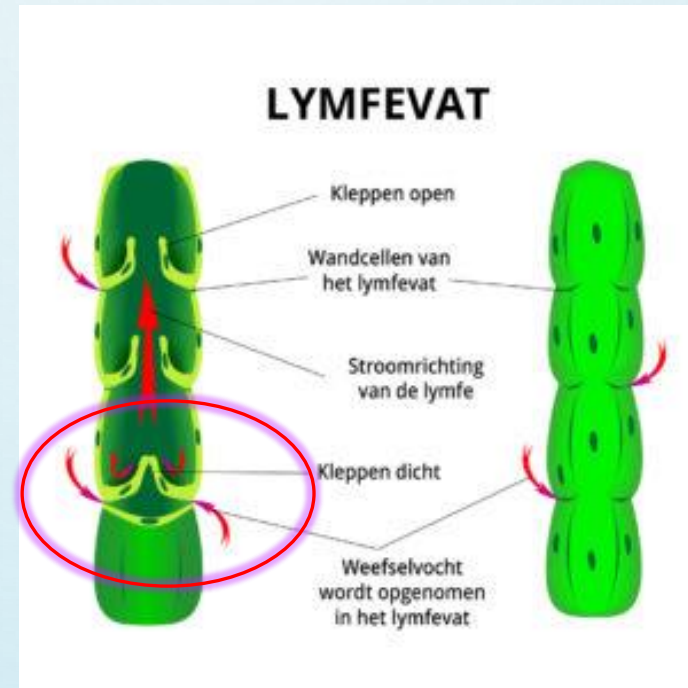
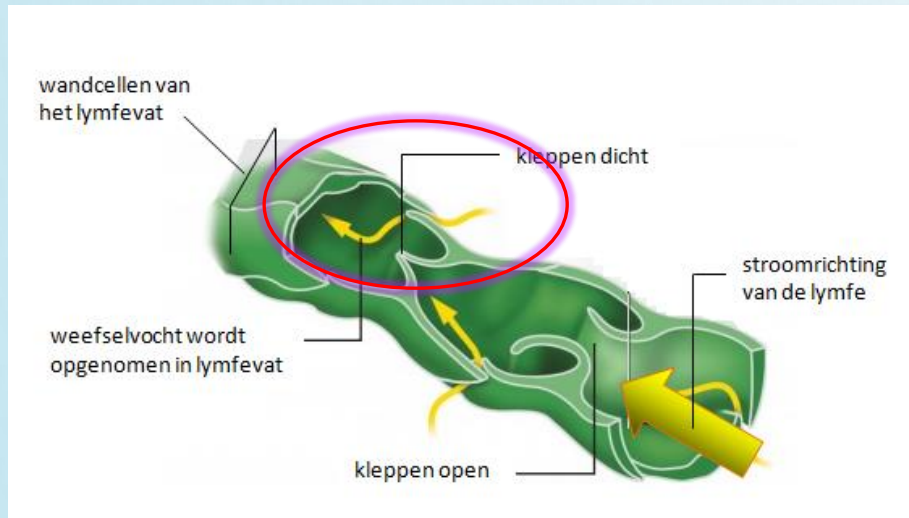
LYMFEVOCHT EN LYMFEVATEN

- BLOED BESTAAT VOOR EEN GROOT DEEL UIT **WATER**
- VEEL WATER BLIJFT IN BLOED, MAAR EEN KLEIN DEEL WORDT DOOR DE DRUK IN DE ADEREN IN HET OMLIGGENDE WEEFSEL GEPERST
- **AFVOER VAN HET WATER IN WEEFSEL VIA TRANSPORTNETWERK VAN LYMFEVATEN**
 - VAN OPEN GREPPELS NAAR OVERDEKTE KANALEN, DOOR LYMFEKLIEREN DIE FILTEREN EN ZUIVEREN
- TER HOOGTE VAN HET HART WATER TERUG IN DE BLOEDVATEN
- EEN TE VEEL AAN VOCHT WORDT VIA DE NIEREN URINE EN KAN WORDEN UIT GEPLAST

(INGEVOEGDE PLAATJE)



LYMFEVATEN



LYMFEEKLIEREN

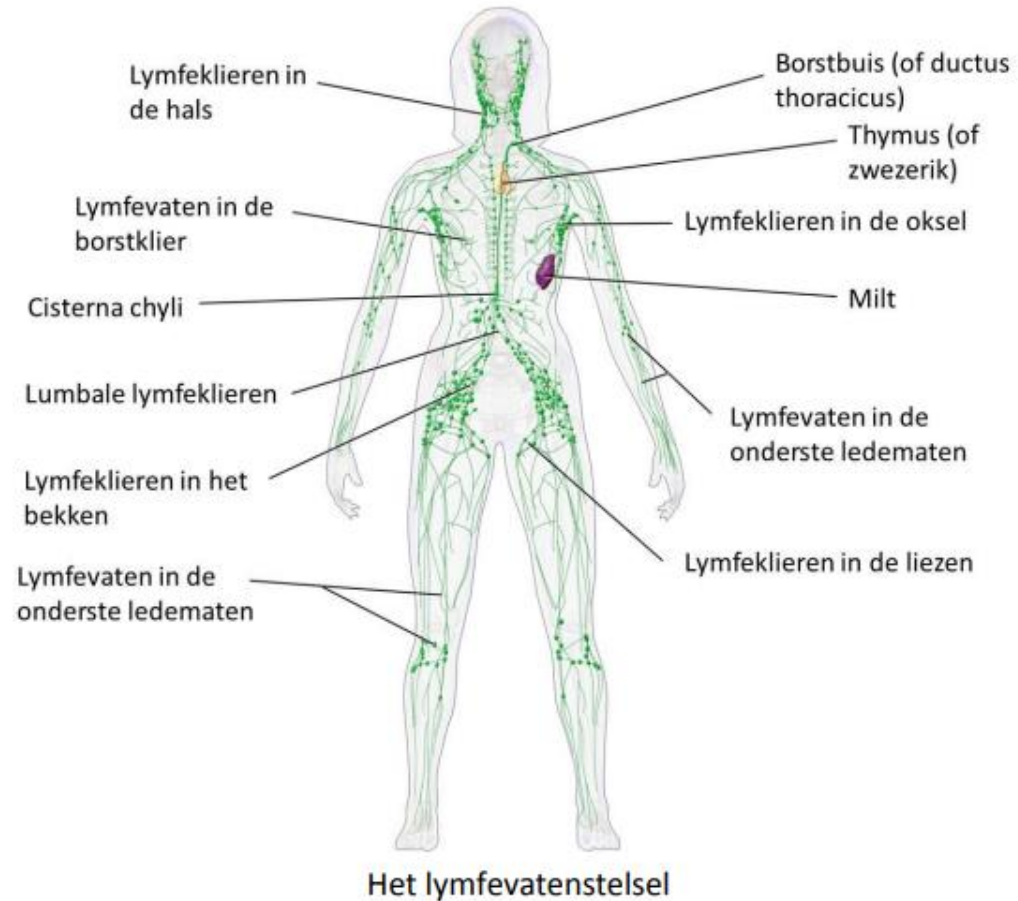
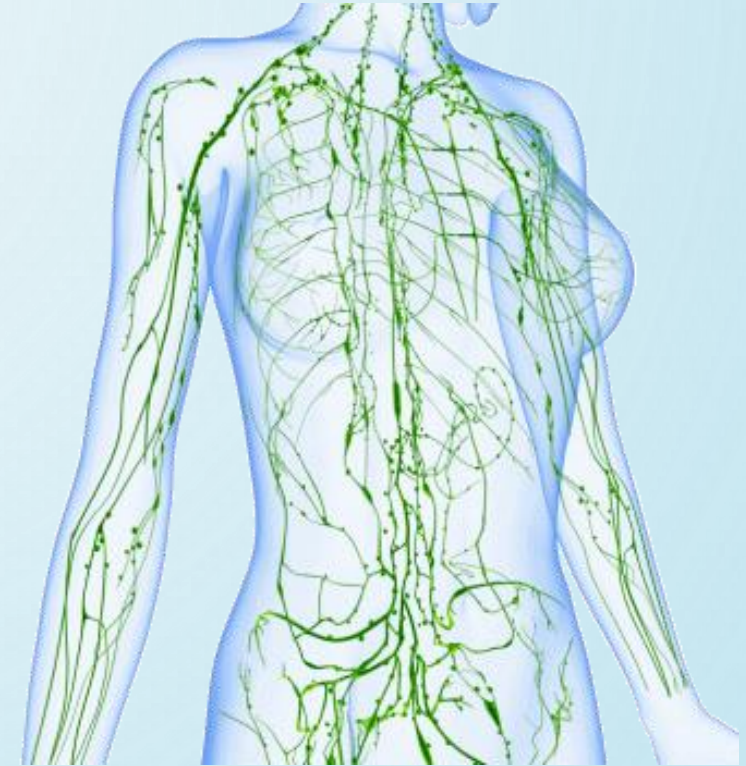


Foto: Bruce Blaus (Creative Commons)

LYMFESTELSEL

- HET LYMFESTELSEL (VATEN EN KLIEREN) HEEFT GEEN DIRECTE VERBINDING MET HET HART EN HEEFT DUS GEEN POMP
- LYMFEOUCHT MOET IN DE LYMFEVATEN WORDEN GEBRACHT EN WORDEN VOORT GESTUWD DOOR OMLIGGENDE SPIEREN
- BEWEGEN HELPT DUS MEE OM LYMFEOUCHT TERUG TE BRENGEN NAAR HET HART (TREK AAN ELASTIEKJES)
- DOOR EEN BLOKKADE VAN HET AFVOERSYSTEEM VAN BLOED EN/OF LYMFEVATEN KAN ER EEN OPHOPING VAN VOCHT ONTSTAAN – (SECUNDAIR) **LYMFOEDEEM**



SECUNDAIR LYMFOEDEEM

HET LYMFESYSTEEM WERKTE GOED, MAAR IS BESCHADIGD GERAAKT DOOR:

- (KANKER) GEZWELLEN
- ALS GEVOLG VAN EEN OPERATIE OF BESTRALINGEN BIJ BEHANDELING VAN KANKER
- HET OPERATIEF WEGNEMEN VAN LYMFEEKLIEREN
- EEN WOND
- EEN INFECTIE (WONDROOS)

HOE WEET JE DAT ER OEDEEM IS?

- **VOELEN**
 - ZWAAR/VOL GEVOEL
 - SPANNING (OP DE HUID)
- **KIJKEN**
 - HOUDT HET GEOPEREERDE/BESTRAALDE GEBIED IN DE GATEN EN VERGELIJK ALS DAT KAN
- **METEN**
 - MEET MET EEN MEETLINT DE OMVANG ALTIJD OP HETZELFDE PUNT EN KIJK OF DE OMVANG TOE NEEMT EN VERGELIJK DE OMVANG WAAR MOGELIJK MET DE ANDERE ZIJDE.
 - OEDEEM KAN HEEL GELEIDELIJK ONTSTAAN WAARDOOR ALLEEN KIJKEN ONVOLDOENDE IS

TOCH NIET ZEKER?

NEEM CONTACT OP MET EEN OEDEEMTHERAPEUT

- ANAMNESE
- INSPECTIE
- ONDERZOEK MET METINGEN VAN
 - OMVANG
 - INDRUKBAARHEID EN VERSCHUIFBAARHEID WEEFSEL
 - LITTEKENS
 - FIBROSE (BESTRALINGSSCHADE)
 - PITTING

BEHANDELMOGELIJKHEDEN

- **INITIËLE FASE**
 - LYMFEDRAINAGE
 - ZACHTE TECHNIEK – BEVORDEREN
OPNAME LYMFEOUCHT IN VATEN
 - INFORMEREN EN ADVISEREN
 - ZWACHTELEN
 - OMVANG ZOVEEL MOGELIJK
REDUCEREN
 - OEFENINGEN

BEHANDELMOGELIJKHEDEN

- **ONDERHOUDSFASE**
 - THERAPEUTISCH ELASTISCHE COMPRESSIE
 - BEHOUDEN VAN OMVANG DIE MET ZWACHTEN IS BEREIKT
 - BELASTING-BELASTBAARHEID IN KAART BRENGEN
 - STUREN OP ZELFMANAGEMENT
 - OEFENINGEN

WAT KUN JE ZELF DOEN?

- **BEWEGEN** IS HEEL BELANGRIJK!!
 - SOMS MOEILIK WELKE MATE VAN BEWEGEN/SPORT HELPT EN WANNEER ER EEN KANTELPUNT WORDT BEREIKT EN HET OEDEEM KAN TOENEMEN (TE VOORKOMEN MET COMPRESSIE)
- **GEWICHT** TERUG BRENGEN OF ONDER CONTROLE HOUDEN
 - >BMI BETEKENT GROTERE KANS OP LYMFOEDEEM
- **OEFENINGEN** SPECIAAL VOOR LYMFOEDEEM
 - GERICHT OP VERBETEREN VAN MOBILITEIT EN ALGEHELE EN LOKALE KRACHT: KUITEN ZIJN HET HART VAN ONZE BENEN!
- **COMPRESSIE** DRAGEN!
- GOEDE HUIDVERZORGING
- ZELFDRAINAGE EN ADEMHALING
- ONTSPANNINGSOEFENINGEN

ADVIEZEN

- OP HET MOMENT DAT U WEET DAT U KANS LOOPT OP HET KRIJGEN VAN LYMFOEDEEM, BLIJF DAN VOELEN, KIJKEN EN METEN
- OVERLEG MET UW BEHANDELEND ARTS OF VERPLEEGKUNDIG SPECIALIST BIJ VERDENKING OP OEDEEM
- RAADPLEEG EEN OEDEEMTHERAPEUT
 - DEZE ZAL BEPALEN OF
 - U MET ADVIEZEN EN OEFENINGEN ZELFSTANDIG VERDER KUNT
 - ER EEN INDICATIE IS VOOR BEHANDELING IN DE PRAKTIJK

DANK VOOR UW AANDACHT!

anita@medischpunt.nl