



## בצקת לימפטית לימפאדמה - LYMPHEDEMA

### רקע

**המערכת הלימפטית** - אחראית על החזרת נוזלים וחלבונים מהרקמה הבין תאית אל מחזור הדם, סינון חיידקים, וירוסים, תאי סרטן וחומרים אנאורגאניים ומהווה חלק מרכזי ממערכת החיסון של הגוף. **לימפאדמה** – בצקת (נפיחות) לימפטית נגרמת כתוצאה מהצטברות נוזל לימפטי (שקוף עתיר חלבונים) ברקמת העור, עקב אי ספיקה, תפקוד לקוי או ירוד של המערכת הלימפטית. הבצקת יכולה להופיע בגפיים, בבית החזה, בשד או בכל אזור אחר בגוף.

### **חשוב לדעת!**

לימפאדמה, מרגע הופעתה הינה מחלה כרונית אשר איננה ניתנת לריפוי אך ניתנת לשליטה על ידי טיפול מתאים.

### סוגים שונים של לימפאדמה

מבדילים בין שתי קבוצות עיקריות של בצקות:

1. לימפאדמה ראשונית primary: נוצרת על רקע פגם מולד במערכת הלימפה.
2. לימפאדמה משנית secondary: נוצרת כתוצאה מפגיעה כלשהי במערכת הלימפה או מניתוח. עיקר הסובלים מלימפאדמה משתייכים לקטגוריה המשנית.

### הסיבות להיווצרות הבצקת מגוונות:

- ✓ ניתוחים להוצאת קשריות לימפה בעקבות ניתוחים לטיפול בסרטן באזורים שונים בגוף.
- ✓ טיפול בהקרנות.
- ✓ זיהומים ממקורות שונים.
- ✓ אי ספיקה ורידית כרונית.
- ✓ ניתוחים שונים כולל ניתוחים פלסטיים.
- ✓ חבלות.

### יש לשים לב לסימנים:

- ✓ נפיחות באחד מחלקי הגוף, לרוב בגפיים, כולל אצבעות/ בהונות.
- ✓ תחושת כבדות ואי נוחות באזור מסוים.
- ✓ בשלבים מתקדמים – התקשות באזור הנפיחות והופעת כאבים.
- ✓ הגבלה בתנועה.
- ✓ שינויים בעור עד כדי דליפת נוזל לימפטי.



### ללא טיפול עלולה הבצקת לגרום ל:

- ✓ זיהומים חוזרים.
- ✓ עיוות הגפה הבצקתית.
- ✓ הגבלה בתנועה וירידה בתפקוד היומיומי.
- ✓ ריפוי איטי של פצעים.
- אבחון מוקדם עשוי למנוע החרפה עתידית.

### כללי התנהגות בשמירה על הגפה הבצקתית:

יש לשמור על העור בשלמותו. כל פגיעה ולו הקטנה ביותר, עשויה לגרום להתפתחות זיהום ולהגביר את הנפיחות.

- ✓ ללחלח (לחות) את העור על מנת לשמור על גמישותו ושלמותו.
- ✓ להימנע מלקיחת דם, החדרת עירו או כל דיקור בגפה.
- ✓ להישמר מעקיצות חרקים ושריטות בעלי חיים.
- ✓ לגזור ציפורניים בזהירות רבה.
- ✓ במידה ונפגעה יש לחטא את הגפה ולטפל מיידית בכל פצע, סדק ואדמומיות.
- ✓ להימנע ככל הניתן מביצוע פעולה העשויה לפצוע את הגפה, במקרה כזה, יש להשתמש בכפפות ארוכות עד המרפק למניעת כוויות.
- ✓ להימנע מהפעלת לחץ על הגפה !!
- ✓ להימנע מענידת תכשיטים ושעון.
- ✓ להימנע מלבישת בגדים הדוקים מדי.
- ✓ להימנע ממדידת לחץ דם בגפה.
- ✓ להימנע מנשיאת משקל על הגפה הפגועה.
- ✓ להימנע מחשיפה לשמש או משימוש בג'קוּזי חם / סאונה.
- ✓ להימנע מחשיפה לקור קיצוני.
- ✓ להימנע ממאמץ יתר בגפה ומביצוע פעילות ממושכת.
- ✓ בעת טיסה, לחבוש את הגפה על מנת למנוע הגברת הנפיחות כתוצאה משינויים בלחצים.
- ✓ לשמור על שגרת פעילות גופנית מתאימה כגון הליכה, רכיבה על אופניים, שחייה וביצוע תרגול ספציפי לפי הנחיית הפיזיותרפיסט המטפל. מומלץ להימנע מהשמנת יתר.

### טלפונים ליצירת קשר

- ✓ מחלקה כירורגיה א' - 03-5028608/7
- ✓ מחלקה כירורגיה ב' - 03-5028617

בברכת החלמה מהירה  
המרכז לבריאות השד