

LENFÖDEM

Vücudumuzda kan dolaşımı ve lenf dolaşımı olmak üzere iki farklı dolaşım sistemi vardır. Lenf dolaşımının fonksiyonu ,dokular arasında bulunan sıvı ve içeriğinde bulunan çeşitli maddelerin,venöz (toplar) kan dolaşımına ulaştırılmasıdır. Lenf dolaşımı temel olarak lenf damarları ve lenf düğümlerinden oluşmaktadır.

Lenf sisteminin bozulması durumunda vücuttan yeterli ölçüde lenf sıvısı emilmesi olanaksız hale gelir. Lenf sıvısı hücreler arasında birikerek gözle görülür ve hissedilebilir şişkinlik (ödem) oluşturur. Buna LENFÖDEM denir.

Lenfödemin oluşması, doğuştan (konjenital) veya ameliyat sonrası, mastektomi, radyoterapi, enfeksiyon veya yaralanma gibi faktörlerden kaynaklanan ikincil nedenlere bağlıdır.

Lenfödem kronik bir rahatsızlıktır.



DOĞUŞTAN LENFÖDEM HASTASI
LENFÖDEM HASTASI



MEME KANSERİNE BAĞLI
LENFÖDEM HASTASI

LENFÖDEM TEDAVİSİ

Kompleks Dekonjestif Tedavi (KDT), lenfödem tedavisinde kullanılan bir uygulamadır. Bu yöntem çerçevesinde yapılan uygulamalarda;

- Şişliğin azaltılması
- Değişikliğe uğramış ve sertleşmiş bölgenin yeniden yapılandırılması
- Kas aktivitesinin artırılması
- Lenf dolaşımının hızlandırılmasını sağlamaktır.

1)Etkilenmiş ya da risk taşıyan bölgedeki cildinizi her gün sabunlu (tercihen tıbbi sabun) suyla yıkayıp vücut ph değerine uygun (ph 5.5) olan bir nemlendirici ile nemlendiriniz.

2)Lenfödemli bölgeyi yaralanmara karşı koruyunuz.

3)Kolunuzda/bacağınızda ağrı, şişlikte artış, sıcaklık olması durumunda hemen doktorunuza başvurunuz.

4)Günlük işlerinizi yapmanızda sakınca yoktur. Ancak lenfödemli kol ile yapılacak aşırı aktivitelerden kaçınınız.

LENFÖDEMDE BASI GİYSİSİ KULLANIMI

Bası giysinizi doktorunuzun önereceği biçimde tercihen gün içinde yatana kadar kullanınız.

Bası giysinizi elde ılık su ve sabun yardımı ile yıkayınız.

Egzersizleri bası giysisiniz üzerinizde iken önerilen şekilde yapınız.

Bası giysisinizin 6-9 ayda bir yenilenmesi gerekir. Bunun için doktorunuza başvurunuz.



TEDAVİ SONRASI BASI GİYSİSİ KULLANIMI