

## **Oedeemtherapie en manuele lymfedrainage**

Lymfoedeem is een abnormale ophoping van eiwitten en vocht in het lichaamsweefsel als gevolg van een verstoord evenwicht tussen aan- en afvoer van vocht. Het ontstaat vaak geleidelijk maar kan een chronisch karakter krijgen. Lymfoedeem kan aangeboren (primair lymfoedeem) of verworven zijn (secundair lymfoedeem). Hierbij kunt u denken aan armlymfoedeem na een borstoperatie met een okselklier verwijdering of een beenlymfoedeem na een gynaecologische operatie. Oedeem kan zich ook voordoen in andere lichaamsdelen en kan ook het gevolg zijn van veneus oedeem of een combinatie van beide. Diagnostiek is belangrijk om de aard van het oedeem vast te kunnen stellen. Na behandeling middels radiotherapie en/of chemotherapie is de kans groter op het ontwikkelen van oedeem. De klachten die kunnen ontstaan zijn: pijn, vermoeidheid, gespannen en zwaar gevoel, zwelling, beperkingen in bewegingen en beperkingen in dagelijks functioneren.

## **Behandel mogelijkheden**

Genezing van lymfoedeem is door de behandelaar niet altijd mogelijk. De behandeling is gericht op het terugdringen of het niet doen toenemen van het oedeem in de arm of het been. Dit om het normaal functioneren van de ledematen te herstellen. De fysiotherapeutische behandel mogelijkheden zijn:

- Voorlichting/adviezen
- Manuele lymfedrainage/ oedeemtherapie in combinatie met zwachtelen
- Oefentherapie, houdings- en bewegingsadviezen
- Het begeleiden bij het aanmeten van een elastische kous. (Indien er een stabiele situatie in de hoeveelheid lymfoedeem is ontstaan)
- Evt. ademhalings- en ontspanningsoefeningen.
- Lymftaping: is een speciale tape die een liftende werking heeft.