

Πως η φυσικοθεραπεία μπορεί να βοηθήσει με το Λεμφοίδημα.

Έγκαιρη πρόσβαση σε θεραπεία και διαχείριση

Η φυσικοθεραπεία παρεχόμενη ως μέρος μιας πολυδιάστατης διεπιστημονικής ομάδας προσέγγισης, είναι κλινικά και οικονομικά αποδοτική στη διαχείριση της διανοητικής διαταραχής.

Η έγκαιρη πρόσβαση σε εξειδικευμένη παρέμβαση υπό την καθοδήγηση ενός ειδικού φυσικοθεραπευτή αποτρέπει τους πιο σοβαρούς παράγοντες αναπηρίας της πάθησης που σχετίζονται με την κακή διαχείριση. Είναι επομένως είναι σημαντικό να :

- > Διασφαλίζεται η γρήγορη πρόσβαση σε εξειδικευμένους φυσικοθεραπευτές λεμφοιδήματος.
- Παρέχεται εκπαίδευση σε πιθανούς παραπέμποντες προκειμένου να
- > επιτευχθεί καλύτερη ενημέρωση, έλεγχο για ομάδες ρίσκου και έγκαιρη αναφορά.
- > Θεωρείται το λεμφοίδημα ως μακροχρόνια φροντίδα. Αυτό περιλαμβάνει την κατανομή πόρων για την εκπαίδευση των ασθενών, τη διαστρωμάτωση κινδύνου, τη θεραπεία και την αυτοδιαχείριση σε συνδιασμό με ειδικούς φυσικοθεραπευτές.

Μέρη του σώματος που μπορεί να επηρεάσει



Η αποσυμφορητικά Λεμφική θεραπεία προτείνεται από το Εθνικό Ινστιτούτο υγείας και Κλινικής Αριστείας (NICE) και παρέχεται από κατάλληλα εκπαιδευμένους θεραπευτές.

Η θεραπεία αποτελείται από:

- > 3-4 εβδομάδες εντατικής θεραπευτικής διαχείρισης (3-5 μέρες την εβδομάδα)
- > Διαρκής παρακολούθησης που περιλαμβάνει την αυτοδιαχείριση (καθημερινή χρήση ελαστικών καλτσών, φροντίδα του δέρματος, αυτομασάζ και άσκηση) και τον εξάμηνο αναθεωρημένο έλεγχο του προστατευτικού ενδύματος.

Η παροχή έγκαιρης πρόσβασης σε **ειδικευμένο φυσικοθεραπευτή είναι ουσιώδης για τη μείωση της σημαντικής επίπτωσης και της κοινωνικοοικονομικής επιβάρυνσης αυτής της πάθησης.** Η πρόωρη ανίχνευση του πρηξίματος και η παραπομπή σε εξειδικευόμενες υπηρεσίες είναι κρίσιμη για τη διασφάλιση των καλύτερων δυνατών αποτελεσμάτων για τους ασθενείς. Αυτό βοηθάει στη **μείωση της μακροχρόνιας αναπηρίας, των προβλημάτων που σχετίζονται με την εργασία και τις συναισθηματικές δυσκολίες, και βελτιώνει την ποιότητα ζωής.**



Τι είναι το Λεμφοίδημα?

Το λεμφοίδημα προκαλείται από την βλάβη στο λεμφικό σύστημα η οποία οδηγεί στο πρήξιμο των ιστών του σώματος. Μπορεί να εμφανιστεί ως συνέπεια τραυματισμού ή από συνθήκες όπως ο καρκίνος, η παχυσαρκία, οι λοιμώξεις, η ακινησία και οι φλεβικές παθήσεις

Συμπτώματα

Ενώ συχνά εμφανίζεται στα χέρια και στα πόδια μπορεί επίσης να παρουσιαστεί στο σώμα, στη βουβωνική χώρα, και τις περιοχές του λαιμού και του κεφαλιού. Μπορεί να προκαλέσει δυσφορία, μειωμένη λειτουργία, περιορισμένη κινητικότητα και επαναλαμβανόμενες λοιμώξεις. Οι μακροπρόθεσμες συνέπειες του λεμφοιδήματος είναι πιο αποτελεσματικά διαχειρίσιμες αν η πάθηση έχει διαγνωστεί και διαχειριστεί πριν προκύψουν χρόνιες αλλαγές.

Συνέπειες

Το λεμφοίδημα προκύπτει όταν το λεμφικό σύστημα δεν εκτελεί επαρκώς τη λειτουργία της ρύθμισης της ισορροπίας των υγρών στους ιστούς. Είναι μια μακροπρόθεσμα πάθηση με φυσικές, συναισθηματικές οικονομικές και κοινωνικές παρενέργειες.