

# FYSIOTHERAPIE DE HORST



## Oedeemtherapie

### Verzekering

Oedeemtherapie wordt, met verwijzing van arts of specialist, in de meeste gevallen vergoed door uw zorgverzekeraar. Raadpleeg hiervoor uw polisvoorwaarden.

### Afspraken

026 - 3620636

[info@fysioterhorst.nl](mailto:info@fysioterhorst.nl)

[www.fysioterhorst.nl](http://www.fysioterhorst.nl)

### Praktijk Zuid

Scheldestraat 2

6882 NE Velp

### Gezondheidscentrum Velp

Rozendaalselaan 34-5

6881 LD Velp

### Gezondheidscentrum Rheden

026 - 2001500

Haverweg 55c

6991 BR Rheden

## Wat is lymfoedeem?

Lymfoedeem is een abnormale ophoping van lymfevocht in een lichaamsdeel. Het ontstaat als de lymfevaten niet in staat zijn dit vocht af te voeren door een beschadiging of afwezigheid van lymfevaten, een slechte functie van het lymfstelsel en/of een te grote productie van lymfevocht.

## Hoe ontstaat lymfoedeem?

Lymfoedeem ontstaat door een beschadiging van lymfebanen die het evenwicht in de lymfecirculatie verstoren. Dit kan ontstaan:

- na een operatie waarbij de lymfeklieren in de lies of buik zijn verwijderd
- bestraling in die gebieden
- door trombose
- door langdurig bestaande spataderen
- door infecties (wondroos)
- na een trauma zoals een ongeval
- door vaataandoeningen (CVI)
- door longproblemen
- na een borstamputatie en/of okselklierverwijdering

Er bestaan twee soorten lymfoedeem, primair en secundair. Aangeboren lymfoedeem noemen we primair lymfoedeem. Secundair lymfoedeem ontstaat door een beschadiging van de lymfevaten of lymfeklieren. Beide vormen kennen uiteindelijk dezelfde klachten en behandeling.



## Symptomen en klachten

De klachten die bij lymfoedeem kunnen ontstaan zijn:

- zwellingen (waardoor kleding gaat knellen); zwaar, gespannen of moe gevoel
- pijn en tintelingen in de arm of onder de oksel; functieverlies of bewegingsbeperking van been, hand en/of arm
- huidafwijkingen en huidverkleuringen
- verhoogde kans op infecties (wondroos)
- plastabletten hebben weinig tot geen invloed op de zwelling

## De behandeling

Voor de behandeling van lymfoedeem zijn er diverse mogelijkheden. Over het algemeen wordt eerst actief het vocht verdreven. Soms wordt na de behandeling een compressieverband aangelegd om het ontstaan van nieuw lymfoedeem te beperken. De combinatie met oefentherapie is essentieel voor slagen van de behandeling. Vaak worden therapeutische elastische kousen aangemeten.

Verergering van lymfoedeem kan worden tegengegaan door:

- wondjes te voorkomen
- overbelasting te voorkomen
- goed passende en niet knellende BH, prothese en kleding
- de houding van uw arm of been (regelmatig bewegen en oefeningen doen)
- overmatige warmte en koude te vermijden
- drukverandering te voorkomen
- beweging te bevorderen
- niet te laten prikken in risicozijde
- goede huidverzorging

Waarom de één wel lymfoedeem krijgt en de ander niet is niet altijd duidelijk. Het is belangrijk alert te zijn op de symptomen van lymfoedeem. Hoe eerder maatregelen getroffen worden, hoe groter de kans is dat het lymfoedeem kan worden verholpen.