

Lymfaödeeman hoito

Lymfaödeema syntyy kun lymfasuoniston kuljetuskapasiteetti on jostakin syystä alentunut niin, ettei se pysty enää poistamaan ylimääräistä lymfanestekuormaa. Tämän seurauksena syntyy paljon valkuaisaineita sisältävä turvotus eli lymfaödeema. Turvotuksen syynä voi olla synnynnäinen imusuoniston kehityshäiriö, imusuonistoa vaurioittavat leikkaukset, sädehoito, imusolmukkeiden poisto tai tulehdukset, kuten ruusu. Turvotus kannattaa hoitaa aina, sillä pahimmillaan pitkään jatkunut voimakas turvotus voi johtaa alueelliseen immuunipuolustuksen heikkenemiseen tai fibroosin kehittymiseen.

Lymfaödeeman ainoa tehokas hoito on lymfaterapia, joka koostuu kolmesta tärkeästä osiosta:

1. Kevyt käsin tehtävä kudostenestettä lymfasuonistossa eteenpäin pumppaava käsittely, jonka avulla voidaan poistaa lymfaattisen kierron toimintahäiriön seurauksena kudokseen jäänyt ylimääräinen neste- ja valkuaisainekuorma. Manuaalisen lymfaterapian avulla voidaan aktivoida lymfasuoniston omaa pumppausmekanismia sekä lisätä imusuoniyhteyksiä ja parantaa näiden toimintaa turvonneen ja terveen kudoksen välillä.
2. Tarvittaessa raajan kompressiosidoshoito. Kompressio kohottaa kudospainetta vähentäen nesteen pääsyä verenkierrosta kudokseen ja tehostaa lihasten pumppaavaa toimintaa, jolloin imusuoniston ja laskimoiden toiminta tehostuu. Lisäksi kompressio estää kudostenesteen takaisinvirtausta mikä lisää käsintehtyn lymfaterapian vaikutusta. Turvotuksen vähentyessä voidaan kompressiohoito korvata yksilöllisellä tukihihalla tai - sukalla.
3. Liikehoito tehostaa lihaspumpputoimintaa parhaiten yhdistettynä kompressiosidoshoitoon.

Turvonneen alueen ihonhoito on myös tärkeää.

Tukihihan tai tukisukan käyttö, liikehoito sekä ihonhoito jatkuvat pitkään hoitojakson jälkeen, jopa läpi elämän. Lymfaterapiajakso uusitaan kuitenkin tarvittaessa, jos turvotus jostakin syystä alkaa uudelleen lisääntyä.

Lymfaterapian vaikuttavuutta voidaan seurata luotettavasti raajan ympäröivän tarkan mittauksen avulla.