

Oedeemtherapie

Wat is oedeem en hoe ontstaat het? Oedeem is een (zichtbare) zwelling van lichaamsweefsel als gevolg van een abnormale ophoping van vocht en kan ontstaan als gevolg van ontstekingen, bestraling, hart- en vaatziekten, nierziekten, allergieën, vergiftigingen en veranderingen in de samenstelling van het bloed (zoals eiwittekort). Voor de behandeling van oedeem is het belangrijk om te weten of er sprake is van onvoldoende vochtafvoer via de aderen (veneus oedeem) of van een belemmering van de werking van de lymfvaten (lymfoedeem). Lymfoedeem komt tegenwoordig veel voor na operatieve behandeling van borstkanker, vooral als daarbij ook de lymfklieren in de oksel zijn verwijderd (okseltoilet) en is nabestraald met radiotherapie.

Wat is er te doen aan lymfoedeem?

Lymfoedeem kan afhankelijk van de ernst worden behandeld met:

- Voorlichting (leefregels en huidverzorging)
- Ademhalingstherapie
- Oefentherapie
- Manuele lymfedrainage (massage)
- Compressie (bewegen onder continue druk van zwachtels of een therapeutische elastische kous)
- Lymfetaping

Wat doet de oedeemtherapeut?

Manuele lymfedrainage massage. De massage is gericht op het aanzetten van gezonde lymfeklieren, en de weg hiernaar toe vrij te maken. Hierdoor kan het vocht dat opgehoopt is in een bepaald gebied, draineren op een andere kliergroep.

De massage kan ondersteund worden door gebruik van zwachtels. Dit versterkt het effect van de spierpomp, waardoor vocht beter afgevoerd wordt. Als het lymfoedeem door de therapie is verminderd kan indien nodig met een elastische kous worden gezorgd dat de weefseldruk gehandhaafd blijft, zodat het oedeem niet terug kan komen. Het beste resultaat wordt behaald met een intensieve start van de behandeling, soms wel driemaal per week. Een behandeling met lymfedrainage duurt 45 minuten, terwijl een fysiotherapeutische behandeling doorgaans 30 minuten duurt.

Omdat ook beweging de lymfafvoer stimuleert, zijn bewegingsoefeningen altijd een belangrijk onderdeel van de therapie. Met behulp van een lijst met specifieke oefeningen kan dagelijks thuis worden geoefend.

Wanneer is lymfedrainage toe te passen?

Lymfedrainagemassage is zinvol gebleken bij de behandeling van:

- primair lymfoedeem (aangeboren misvorming van het lymfvaatstelsel)

- secundair oedeem als gevolg van de behandeling die bij kanker wordt toegepast:
- operaties chemo en bestralingen, bijvoorbeeld borst- of genitaal kanker.
- chronisch veneus oedeem dat vaak gepaard gaat met ulcus cruris (open been);
- lymfdrainagemassage kan goed worden toegepast bij spataderen (varices)
- posttraumatisch en postoperatief oedeem (zwellingen ontstaan na sport- en andere ongevallen, na operaties, reflexdystrofie en zwellingen; bij steriele ontstekingen zoals reuma)
- andere oedemen zoals zwangerschapsoedeem
- huidaandoeningen zoals littekens of andere huidintrekkingen

In Nederland lijden ongeveer 350.000 mensen aan een aandoening van het lymfevaatstelsel, waarvan lymfoedeem het gevolg kan zijn. Lipoedeem is een andere aandoening waarbij de opbouw van vetcellen op speciale locaties gestoord is. Op den duur kan daarbij een vochtprobleem ontstaan zoals bij lymfoedeem. Beide aandoeningen zijn chronische van aard en hebben grote invloed op het dagelijkse leven. Zonder behandeling kunnen ze zelfs tot invaliditeit leiden. Een juiste diagnose in een vroeg stadium en een behandeling door een gespecialiseerde oedeemtherapeut zijn voor deze patiënten heel belangrijk.

Oedeemtherapie kan worden toegepast bij de bestrijding van oedeem. Oedeembestrijding is van belang om toename van zwelling, stijfheid, pijn en ernstige complicaties als wondroos (erysipelas) te voorkomen.

Tarieven

De aanvullende verzekeringen vergoeden fysiotherapie voor een aantal behandelingen of tot een bepaald bedrag per jaar. Dit kunt u nakijken op uw polis of op de site van uw verzekering. Staat uw aandoening op de lijst van langdurige fysiotherapie, (bijvoorbeeld chronisch lymfoedeem) dan moet u de eerste 20 behandelingen vergoed krijgen uit de aanvullende verzekering of deze zelf betalen. Vanaf de 21ste behandeling is de vergoeding vanuit de basis verzekering.

Ingrid Meulenbroeks Algemeen fysiotherapeut
Oedeemtherapeut

Fysio-Fit Hapert

Adres: Alexanderhof 11
5527EH Hapert
Telefoon: 0497-388034
Website: www.fysiofithapert.nl
E-mail: info@fysiofithapert.nl

Openingstijden:

Dinsdag, vrijdag van 7.45u tot 18.00u
Maandag, woensdag van 7.45u tot 21.00u
en donderdag

Bij voorkeur bellen tussen 8.30u en 12.30u.