

کلینیک کاردرمانی

لنف ادم یعنی تجمع مایع سرشار از پروتئین (لنف) در بافت‌ها، به دلیل اختلال در تخلیه آن. مایعات بدن از طریق دو سیستم گردش خون و لنف جابجا می‌شوند. مویرگ‌های خونی در حال ترشح آب، پروتئین و سایر مواد به فضای بین سلولی هستند. قسمت عمده آب و مواد خارج شده از مویرگ‌ها به داخل وریدها بازجذب و مجدداً وارد گردش خون می‌شوند ولی مولکول‌های درشت پروتئین قادر به عبور از جدار وریدها نیستند. بنابراین به همراه مقداری آب وارد عروق لنفی شده و از طریق سیستم گردش لنف از محیط خارج می‌گردند. مایع لنف در مسیر خود از داخل غدد لنفی عبور نموده و نهایتاً در نزدیکی قلب وارد سیستم گردش خون می‌شود. اگر بنا به دلایلی مانند انسداد در این مسیر، سیستم لنفاوی قادر به جابجایی مایع لنف نباشد، آب و پروتئین در بافت‌ها تجمع می‌یابد که به آن ورم لنفی یا لنف ادم می‌گویند.



لنف ادم در سرطان پستان

لنف ادم معمولاً بعد از جراحی با یا بدون پرتودرمانی در دست و بازوی بیمار در سمت پستان مبتلا اتفاق می‌افتد. مایع لنف در بافت چربی زیر پوست تجمع یافته و باعث تورم و سفتی آن عضو

می‌گردد. مراحل اولیه لنف ادم با علایمی چون احساس درد و سنگینی دست، خواب رفتگی انگشتان و تنگ شدن آستین لباس بروز می‌کند به تدریج و با پیشرفت بیماری، تورم واضح در انگشتان، بازو، زیربغل و تنه ایجاد خواهد شد. این علایم با بالا نگه داشتن عضو کاهش می‌یابد ولی به مرور با تشدید عارضه و در صورتی که اقدامات درمانی انجام نشود، علایم مذکور پیشرفت می‌کنند.

علل ایجاد لنف ادم

کلیه افراد مبتلا به سرطان پستان در معرض ابتلا به این عارضه هستند ولی در برخی افراد این احتمال بالاتر است. عوامل زیادی باعث ایجاد این مشکل می‌شوند که از آن جمله می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- جراحی وسیع پستان و زیربغل در درمان سرطان پستان
- رادیوتراپی بعد از عمل جراحی
- دریافت برخی رژیم‌های درمانی کمکی پس از جراحی
- همراهی مسائل طبی مثل دیابت، فشار خون، کم کاری تیروئید، بیماری‌های قلبی و

کلیوی

- سابقه ضربه، آسیب و عفونت پستان
- عود تومور یا رشد آن در ناحیه غدد لنفاوی زیربغل

جالب توجه است که گاهی بدون وجود عوامل خطرناک فوق، ممکن است سال‌ها بعد در اثر بی‌احتیاطی و استفاده بیش از حد از دست سمت مبتلا به سرطان، لنف ادم ایجاد شود. پس لازم است بیماران در تمام طول زندگی، مراقبت از دست سمت مبتلا را فراموش نکنند.

اقدامات پیشگیرانه جهت جلوگیری از ابتلا به لنف ادم

با رعایت نکات زیر احتمال بروز لنف ادم کاهش می‌یابد:

- رعایت بهداشت و جلوگیری از عفونت عضو
- جلوگیری از آسیب (ضربه، خراش، سوختگی) عضو

- استفاده صحیح از عضو و جلوگیری از کشش بیش از حد عضلات و حمل بار سنگین
- مراقبت دائم و جلوگیری از افزایش وزن
- انجام ورزش‌های سبک به صورت منظم جهت جلوگیری از محدودیت حرکت شانه
- ماساژ مرتب گردن، زیر بغل و دست مبتلا، جهت به حرکت در آوردن لنف و ایجاد راه‌های فرعی برای تخلیه آن



کلینیک کاردرمانی مرکز تحقیقات سرطان در روزهای صبح در نوبت صبح (۱۱-۱۳) و عصر (۲-۴) آماده خدمت رسانی به مراجعین محترم می باشد.



