

Janvier 2019
Site de Godinne

Opname van lymfoedeem



+32 (0)81 42 37 71

Dinant • Godinne • Sainte-Elisabeth



CHU
— UCL —
NAMUR

Inhoudsopgave

Wat is lymfoedeem?	4
De doelstellingen van de behandeling	6
De complexe fysische ontstuwings therapie (CFO)	8
Nabehandeling	17
Uw verblijf : praktische aspecten	18

Het team van het referentiecentrum voor de behandeling van lymfoedeem

Het multidisciplinaire team van het Centrum voor de behandeling van lymfoedeem is als volgt samengesteld:

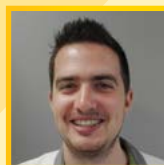


• De docent Thierry Deltombe:
verantwoordelijke arts – revalidatiearts



• Mevrouw Jacqueline Fripiat:
gespecialiseerde kinesitherapeute in vaatproblemen,
coördinator van het referentiecentrum (verantwoordelijke

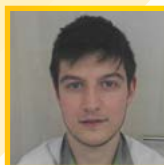
• Een team van 4 kinesitherapeuten:



Stéphanie Bauche



Stéphanie Bauche



Simon Levaque



Patricia Taminiaux

- Een wondenverpleegster
- Een maag-darm-leverarts
- Een psycholoog
- Een secretaris
- Andere actoren indien nodig

Wat is lymfoedeem?

- Lymfoedeem is een opeenhoping van lymfe in de ledematen. Het wordt waargenomen wanneer het evenwicht tussen lymfeaanbod en -afvloeiing is verstoord (het aanbod overschrijdt de afvloeiing). De lymfeklieren kunnen de lymfe niet vlug genoeg filteren (het kan vergeleken worden als een versperde autoweg).
- Het lymfevatenstelsel omvat de lymfevaten die in het lichaam doorlopen en waarin de lymfe (of weefselvocht) stroomt.
- De lymfe is een lichte vloeistof rijk in eiwitten en in lymfocyten.
- Het lymfevatenstelsel voert de dikke cellen af, zoals de eiwitten.
- Het lymfevatenstelsel behoudt ons van infecties. De lymfe stroomt van het einde van de ledematen tot het lichaam in lymfevaten om de lymfeknopen te bereiken, die zich in de lies en in de oksels bevinden, onder andere plekken. De lymfeknopen filteren de lymfe en produceren antilichamen.
- Het lymfevatenstelsel is ook een van de verspreidingswegen van de kankercellen aan het geheel van het organisme. Daarom is het soms nodig, voor de behandeling van sommige kankers, om die

lymfeknopen chirurgisch te verwijderen (lymfeklierdissectie).

Men spreekt over een primair lymfoedeem wanneer er geen lymfeklierdissectie werd gedaan. In dit geval, is de meestvoorkomende oorzaak het overgewicht want meer vet betekent ook meer lymfe.

Men spreekt over secundair lymfoedeem, onder andere, als de patiënt een lymfeklierdissectie ondergaan heeft voor de behandeling van kanker (vaak met bestraling geassocieerd). Men beschouwt dat 15% tot 25% van de geopereerde patiënten voor borstkanker en 10% tot 15% van de geopereerde patiënten voor gynaecologische kanker of huidkanker (melanoom), met lymfeklierdissectie, lymfoedeem zullen ontwikkelen.

Het lymfoedeem resulteert in de arm-, of beenzwelling, van harde consistentie, lastig of zelfs pijnlijk en dat niet vermindert als de voeten omhoog zijn.

Het lymfoedeem kan esthetische en functionele gevolgen veroorzaken, maar ook problemen om zich aan te kleden en schoenen aan te doen en de zwaarte kan oncomfortabel of zelfs pijnlijk zijn. Medische complicaties van lymfoedeem kunnen wonden of infecties zijn, die lymfangitis of erysipelas (wondroos) heten.

Het lymfoedeem is dus een invaliderend probleem dat een geschikte behandeling vereist.



De doelstellingen van de behandeling

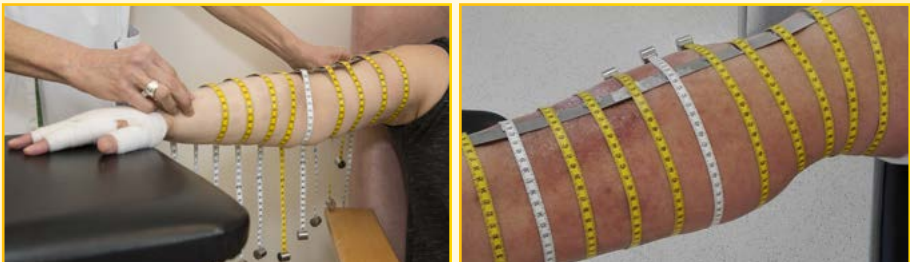
De doelstellingen van de complexe fysische ontstuwings therapie (CFO)

- het volume van het lymfoedeem verminderen ;
- het lymfoedeem soepeler maken ;
- het ongemak of zelfs de geassocieerde pijn verminderen ;
- de functionele (wandelen, voorwerpen grijpen,), esthetische en psychologische gevolgen verminderen ;
- de frequentie van de infecties verminderen ;
- de behandeling van eventuele wonden bevorderen ;
- het behaalde resultaat behouden.

De evaluatie-instrumenten om de winsten van de behandeling te beoordelen

Wij zullen, met objectieve evaluatie-instrumenten, uw lymfoedeem en hun gevolgen beoordelen in het begin en in het einde van de kuur.

- Het volume zal geëvalueerd zijn met het meten van de omtrek en via de wet van Archimedes.
- De functionele gevolgen in het dagelijkse leven zullen door vragenlijsten (Lymphoedema Functioning, Disability and Health questionnaire: Lymph-ICF-UL et LL) worden beoordeeld.
- Elk patiënt zal de mogelijkheid krijgen om één (of meerdere) concrete en persoonlijke doelstelling(en) (pijn, zich gemakkelijk aankleden, zelfbeeld, ...) te bepalen, die hij/ze wenst te verkrijgen via de behandeling. Na de behandeling, zullen we nakijken of het doel bereikt is, door middel van specifieke schalen. Het komt erop aan om de behandeling in de richting van de patiënten te oriënteren.
- Foto's van uw oedeem zullen ook worden getrokken.



Het volume zal geëvalueerd worden door het meten van de omtrek



Het volume zal geëvalueerd worden via de wet van Archimedes



De complexe fysische ontstuwings therapie (CFO)

Het CHU UCL Namen – plaats Godinne, is al 40 jaar bekend als centrum van deskundigheid in de behandeling van armlymfoedeem na borstkanker of aangeboren beenlymfoedeem. CHU UCL Namen is voortaan één van de drie Belgisch referentiecentra, erkend door het Rijksinstituut voor ziekte- en invaliditeitsverzekering (RIZIV). Ons centrum is pionier in de intensieve behandeling van

lymfoedeem wat betreft de complexe fysische ontstuwings therapie (CFO), momenteel beschouwd als de referentie behandeling. Die therapie is een gespecialiseerde kinébehandeling die de opname van patiënten met primair en/of secundair lymfoedeem kan aanpakken. Elk jaar kunnen meer dan 300 patiënten deze gespecialiseerde opname ontvangen binnen CHU. De afdeling voor vaat-fysiotherapie

1. De manuele lymfedrainage (MLD)

De manuele lymfedrainage bestaat uit de beoefening van een lichte druk om de lymfe te brengen tot de lies of de oksel. Er bestaan verschillende lymfedrainage technieken.

De MLD is speciaal geïndiceerd in het geval van discrete lymfoedeem, beginnend en mogelijks omkeerbaar.

Het is ook interessant bij zwaardere lymfoedeem. Het helpt om de drainage van bepaalde delen van de ledemaat, zoals de liesstreek of de oksels, te stimuleren om die gemakkelijker te ontstoppen.



biedt een intensieve (maar pijnloze) kuur voor de behandeling van het lymfoedeem. Deze kuur is aangepast aan elke patiënt, op basis van 5 uur per dag tijdens één week waar verschillende behandelingen inbegrepen zijn zoals de intermitterende mechanische compressie therapie (of ook pressotherapie genoemd), manuele lymfedrainage, zwachtelen en oefentherapie met de meerdere-lagen bandages. De ploeg kinesitherapeuten hecht ook een groot belang aan de training van de patiënt en zijn omgeving om hen

beter te helpen bij het behandelen van lymfoedeem.

De doelstellingen van deze intensieve behandeling zijn, onder andere, om het volume van de lymfoedeem te verminderen, het ongemak of de pijn die ermee geassocieerd zijn, te verminderen, en de functionele (wandelen, voorwerpen nemen, ...), esthetische en psychologische gevolgen te verminderen.

2. Intermitterende mechanische compressietherapie of pressotherapie

Dit is een lymfedrainagetechniek die wordt uitgevoerd met pressotherapieapparatuur (bloeddrukbanden en / of compressielaarzen).

De banden worden gezet met een overlapping van de vorige op het deel van de arm of been die gedraineerd moet worden. Ze zijn verbonden met een apparaat dat ze opblaast met perslucht (zachte en aangepaste druk), van distaal naar proximaal. Verschillende parameters zoals de grootte van de banden en hun aantal, het gedeelte van de ledemaat die behandeld moet worden, de zweltijd, de leeglooptijd, ... maken het mogelijk om de behandeling aan te passen aan de patiënt en aan zijn of haar oedeem, naargelang zijn evolutie. Deze behandeling is pijnloos en bijzonder efficiënt in lymfoedeem die niet behandelbaar is via MLD.



3. Zwachtelen (compressietherapie met de hulp van meerdere-lagen bandages)



Dit is een bandage gemaakt met verschillende soorten verbanden: kleine verbanden voor de vingers of de tenen – verbanden in schuim – korte-rek bandages van verschillende afmetingen.

Tijdens de rust en tijdens de beweging, zal deze compressie helpen om het volume van de onderste ledemaat te handhaven. Het oedeem wordt ingesloten door



Zwachtelen (compressietherapie met de hulp van meerdere-lagen bandages)

korte-rek bandages die erg weinig ontspannen en zo voorkomen dat het oedeem weer volume krijgt.

Tijdens de bewegingen zal de compressie ook een drainagewerking maken. Wanneer de spier werkt, neemt deze toe in volume en komt tegen de niet-elastische band botsen die een weerstandskracht uitoefent: het is de werkdruk die aldus de drainage bevordert.

Deze zwachteling wordt op het lid geplaatst tijdens het middaguur en voor het einde van de dag en wordt idealiter ook 's nachts bewaard. Het is toegestaan en zelfs aangeraden om met deze zwachteling te bewegen.



U zult een video vinden, op onze website youtube ref www.youtube.chuucnamur.be, waar men toont hoe U dit type verband aan moet doen



Zwachtelen (compressietherapie met de hulp van meerdere-lagen bandages)

4. Oefentherapie met de meerdere-lagen bandages

De oefeningen (fietsen, lopen en armbeweging) met de meerdere-lagen compressie zorgt voor een extra dynamische drainage.

Deze oefeningen zijn aangepast aan de fysieke capaciteiten van elke persoon en worden begeleid door de fysiotherapeuten.

Ze verbeteren ook uw fysieke conditie.



5. Huidverzorging

Lymfoedeem kan, vooral als dit gepaard is met veneuze insufficiëntie, verantwoordelijk zijn voor huidwonden die zo erg kunnen zijn als een zweer. Naast de verpleegkundige zorg kan de optimale behandeling van lymfoedeem de genezing van wonden versnellen en de hervatting voorkomen. Speciale aandacht wordt daarom besteed aan huidverzorging door fysiotherapeuten en huidverzorgingsverpleegkundigen.

Een circulatiemassage wordt één keer per dag uitgevoerd om uw huid te hydrateren, te verzachten en te controleren.

Er zal ook advies worden gegeven.

6. Compressietherapie (therapeutische elastische kous (TEK) of steunkousen, gemeten voor elke patiënt door een bandagist)

Om het voordeel van de intensieve behandeling te behouden, zal een steunkous voor de arm (met mogelijk een handschoen met of zonder de vingers) of voor het been worden gemeten en uitgevoerd.

De compressie heeft een dubbel effect: het behoud van het resultaat van de kuur en een drainage-effect.

Er zijn verschillende modellen van steunkousen die zich aan uw oedeem aanpassen (kwaliteit en locatie) en aan uw situatie.

U dient de steunkous te dragen van het ontwaken tot het slapengaan.

Tijdens elke behandeling evalueren we de kwaliteit van de compressie en passen we de nieuwe steunkous aan.

Onder bepaalde voorwaarden worden de kousen door het ziekenfonds vergoed tot 2 paren per jaar voor de armen en 4 voor de benen.

Het volgende is belangrijk om te weten :

- Een steunkous wordt vaak moeilijk verdragen wanneer deze slecht aangedaan zijn. U gaat van ons leren om ze goed aan te doen.
- Als een steunkous te oud wordt, is het mogelijk dat het niet meer goed past: aarzel niet om contact met ons op te nemen. We zullen een balans opmaken en eventueel de vervanging plannen.
- Als de compressie niet langer geschikt is, moeten de meerdere-lagen verbanden worden gedragen. Wij nodigen u uit om contact met ons op te nemen.



U zult een video vinden, op onze website youtube ref www.youtube.chuucnamur.be, waar men toont hoe U die steunkousen aan moet doen.



Verskillende modellen van steunkousen

7. Informatie voor de patiënt en zijn omgeving.

De behandeling en het beheer van lymfoedeem, zowel in hun medische als de administratieve aspecten, bevat bijzonderheden waarop het team van het centrum zal reageren. De implementatie van de zwachteling, de huidverzorging, de vergoeding van fysiotherapie en steunkousen ... zijn allemaal punten waarvoor het team van het Centrum u zal helpen een oplossing te vinden.

Bovendien roept de aanwezigheid van lymfoedeem nog steeds veel vragen op bij de patiënt en zijn omgeving over de te verwachten evolutie, de risico's en wat we wel of niet kunnen doen (sporten, ...). Het team van de Centrum (artsen, fysiotherapeuten en verpleegkundigen) zal uw specifieke vragen beantwoorden.



Uitleg om de steunkousen aan te doen en uitleg om de meerdere-lagen bandages aan te doen op onze website www.youtube.chuucnamur.be

Hygiënisch advies

Wordt aangeraden :

- ⬢ De steunkous dragen van het opstaan tot bedtijd
- ⬢ Zonder steunkousen slapen
- ⬢ Alle dagelijkse activiteiten
- ⬢ Progressieve fysieke oefeningen
- ⬢ Tuinieren (met handschoenen), schilderen, reizen, ...
- ⬢ Adequaat ontsmetting van alle wonden (zelfs de kleine)
- ⬢ Zijn voeten/handen verzorgen
- ⬢ Zijn huid verzorgen (de huid hydrateren)
- ⬢ Na het wassen, goed tussen de tenen en in de huidplooiën drogen
- ⬢ Op zijn gewicht letten (een correcte BMI)

Te vermijden :

- ⬢ Bloedafname en bloeddruk meten aan de geopereerde kant
- ⬢ “onredelijke” inspanning
- ⬢ Inactiviteit
- ⬢ Te strakke kleren en juwelen
- ⬢ Sauna
- ⬢ Zonnesteek
- ⬢ Gewichtstoename



Hulp bij het aantrekken van steunkousen



Hulp bij het aantrekken van steunkousen

8. Samenwerking met uw huisarts en uw kinesitherapeut

Uw arts is het aanspreekpunt van uw gezondheid. De overeenkomst beveelt trouwens aan dat u een «algemeen medisch dossier» bij uw arts hebt of dat u in een medisch centrum geregistreerd bent.

Uw arts en uw fysiotherapeut (die uw lymfoedeem behandelt) zullen een verslag van uw verblijf ontvangen. Het team van het centrum zal hen ook adviseren zodat het behaalde resultaat aan het einde van de intensieve behandeling gegarandeerd blijft. Ze staan voor verdere informatie ter beschikking.

Daarnaast wordt er training over de behandeling van lymfoedeem gegeven voor fysiotherapeuten en uw fysiotherapeut wordt uitgenodigd om deel te nemen.



Maar ook :

- Aan het begin en einde van de behandeling, is een afspraak met professor Thierry Deltombe georganiseerd. Als u documenten moet invullen, vergeet niet om ze tijdens het eerste consultatie aan de arts te geven.
- Elk geval wordt besproken in een multidisciplinaire teamvergadering.
- Aan het einde van de behandeling, in overleg met het zorgteam en uzelf, zal waarschijnlijk een nieuwe afspraak worden gemaakt om de balans op te maken van uw lymfoedeem en uw behandeling voort te zetten.

Nabehandeling

♦ Thuis, met de hulp van uw kinesitherapeut/fysiotherapeut en indien mogelijk uw omgeving, zorgt u ervoor dat u het door de behandeling verkregen resultaat behoudt.

♦ U heeft een onmisbare rol in het leren van uw autonomie:

- U draagt uw compressie van 's morgens tot 's avonds.

- Draag ook uw compressie bij huishoudelijke klusjes of bij het sporten.

- In het geval van sterke hitte, houdt u uw compressie aan. U kunt uzelf opfrissen door te douchen of alleen uw compressie te douchen. Het droogt erg snel.

- Buiten de behandeling, kunt u het verband aanbrengen als u voelt dat uw ledemaat zwaarder is, bijvoorbeeld, of wanneer u aan lichaamsbeweging doet.

- Het is ook interessant deze verbanden op te leggen, op de avonden van de week die voorafgaan aan een behandeling

♦ Het is mogelijk dat u op een dag lymfangitis krijgt.

Het is een ontsteking van de lymfevaten, vaak na een mechanisch proces (bijvoorbeeld, overwerk, ...) of infectieus (streptokokken, bijvoorbeeld na een huidletsel).

Als u vermoedt een lymfangitis te ontwikkelen, raadpleeg dan onmiddellijk uw arts. Hij zal specifieke antibiotica voorschrijven indien u een bewezen lymfangitis heeft. Hij kan ook contact opnemen met professor Thierry Deltombe

De symptomen van lymfangitis treden eerder acuut op :

- ♦ Koorts ($> 38^{\circ}$)
- ♦ Algemene vermoeidheid
- ♦ Roodheid of rode vlekken op de huid
- ♦ «Pijn», ongemak van de aangedane ledemaat
- ♦ Tamelijk snelle verergering van het oedeem

Uw verblijf : praktische aspecten

♦ De behandelingszaal

De behandelingszaal bevindt zich op de tweede verdieping, [weg 65](#)

♦ Openingsuren

- De behandeling duurt vijf opeenvolgende dagen.

- De eerste dag vragen wij u om tussen 8u10 en 8u40 aan te komen.

- Op de andere dagen kunnen wij samen afspreken voor het beginuur (voor een goede organisatie: de behandeling begint ten laatste om 8u45).

- De middagsessie begint tussen 12u45 en (ten laatste) 13 uur en eindigt tussen 15u15 en 16u15.

♦ Uw kledij

- Het is belangrijk dat het te behandelen lid goed wordt ontruimd zodat er geen wurging verschijnt.

- Vermijd strakke kledij.

- We zullen u een heel dik gelaagde bandage voor de maaltijd en de avond plaatsen, plan dus brede kleding om vrij te bewegen..

- Als wij voor uw benen zorgen, neem brede schoenen:

→ enkele maten breder dan uw gebruikelijke maat

→ Velcro sandalen of plastic/rubber klompen

→ Met verstelbare bevestiging

- Andere patiënten worden behandeld in dezelfde zaal, neem dus gepaste kledij mee.

♦ Wat nodig is

☐ Moisturizer (wij kunnen dit voorzien) (hydraterende crème of massageolie)

☐ Al uw zwachtels en kousen (zelfs die niet meer geschikt zijn). Koop niets.

☐ Uw pathologieovereenkomst voor fysiotherapie (datums en codes: vraag aan uw fysiotherapeut)

☐ Uw toestemming van de adviesarts voor de behandeling in ONS centrum.

☐ De verklaringsbrief op de eer ondertekent, die professor Thierry Deltombe u gaf tijdens uw consultatie..

- Wij hebben ook de volledige coördinaten van uw fysiotherapeut nodig als u deze nog niet hebt gegeven :
 - Naam
 - Voornaam
 - Adres
 - E-mail
 - Telefoonnummer
 - RIZIV- nummer

Vergeet niet om deze te brengen

- Breng wat mee om u bezig te houden (wat te lezen, kruiswoordpuzzels.) U kunt ook een laptop meenemen (Wi-Fi codes zijn kosteloos verkrijgbaar op aanvraag). Neem dan een hoofdtelefoon mee om de discretie te bewaren.



U vindt meer informatie over het ontvangsthuis op de website (CHU UCL Namur – Godinne-site).

Als u voor deze oplossing kiest, moet u dit melden aan de fysiotherapeuten van het centrum met het volgende telefoonnummer:

+32 (0)81 42 45 95/96.

♦ **Hoe komt u naar het CHU UCL Namur, site Godinne**

Av. Docteur G. Thérasse, 1
B5530 Yvoir

Kijk op onze website naar onze access plan : www.chuuclnamur.be

Neem contact met ons op

Wij zijn beschikbaar als u vragen hebt op het +32 (0) 81 42 45 95 - 45 96.

U kunt ook een e-mail verzenden naar het volgende adres (vergeet niet uw naam, voornaam en e-mail adres te melden) : lymphoedeme.g-chu@uclouvain.be

Wij kijken ernaar uit u te verwelkomen op onze dienst.

♦ Accommodatie

Accommodatie is beschikbaar voor patiënten die om verschillende redenen niet kunnen reizen naar de Godinne-site (vergezeld of niet).

[f](#) [in](#) [g+](#) [You Tube](#) [Twitter](#) [Instagram](#)
www.chuucnamur.be

CHU UCL Namur asbl • Av. Docteur G. Thérasse, 1 - B5530 Yvoir (Belgique)

Dinant • Godinne • Sainte-Elisabeth

