

ALGORITM CLINIC PENTRU ÎNGRIJIREA LIMFEDEMULUI

Letitia Buzea , Camelia Ancuta

- **Scop:**

Prezentarea algoritmul de îngrijire al limfedemului.

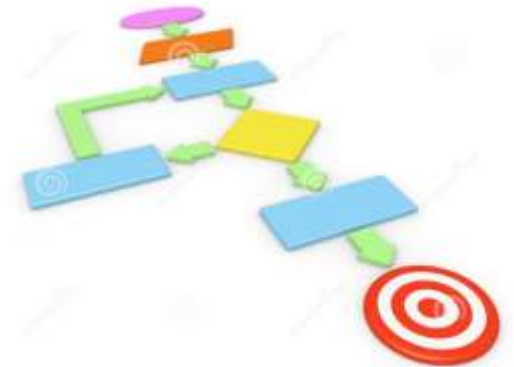
Acest algoritm este un instrument care ajută și ghidează profesioniștii în evaluarea, managementul și luarea deciziilor în diverse probleme apărute în îngrijirea limfedemului.

- **Metodă:**

Revizia de literatură a fost realizată folosind 15 articole și 4 ghiduri apărute după 2010.

Definitie algoritm

- Algoritmii sunt derivati din matematica si constau intr-un set de reguli sistematice pentru rezolvarea unei probleme particulare cu alternative lipsite de ambiguitate avand un punct de oprire clar.
- Algoritmul clinic este un ghid scris intr-o forma grafica (diagrama), care reprezintă proceduri pas cu pas pentru luarea deciziilor clinice in evaluarea si managementul diverselor probleme clinice. Ajuta intr-un mod logic si vizibil atat in oraganizarea ingrijirii pacientilor cat si in procesul educational.



Limfedemul secundar unei afectiuni oncologice

- Prevalenta:
 - 10-60% pentru pacientii cu cancer de san
 - 28-40% pentru pacientii cu cancer genital
- Alte afectiuni oncologice asociate cu limfedemul: cancer de prostata, cancer cap si gat, sarcom, melanom etc.
- Factori de risc pentru pacientii oncologici: infectii, inflamatii, obezitate

Oxford Textbook of Palliative Nursing

De ce dezvoltarea unui algoritm?

- Limfedemul este o afectiune cronica progresiva care are efect atat asupra sanatatii fizice cat si psihosociale.
- Nu se poate vindeca dar, diagnosticul precoce si inceperea interventiilor in stadii incipiente duce la rezultate favorabile.

Risc limfedem

Orice pacient la care apare deteriorarea sistemului limfatic datorită intervențiilor chirurgicale, radioterapiei, presiunii exercitate de o tumoră pe gânglionii limfatici prezintă risc de a dezvolta limfedem.

DIAGNOSTIC ȘI EVALUARE

Evaluarea limfedemului:
istoricul bolii, inspecție, palpate și măsurarea membrului cu limfedem

Pacient fără limfedem

Pacient cu limfedem

Evaluarea continuă cu:

- stabilirea stadiului limfedemului
- Evaluarea psihoemoțională (accent pe alterarea imaginii corporale)
- +/- Rezonanță magnetică (RMN), Computer tomograf (CT), Ecografie

dar cu afectarea sistemului limfatic = **STADIUL 0**
Poate rămâne la acest stadiu ani de zile

- ușoară creștere în dimensiuni (2-3cm) a zonei afectate
- la presiune pe țesuturi poate să apară ușor godeu
- diferite senzații: furnicătură, oboseală, ușoară greutate = **STADIUL 1**

- modificări în dimensiuni (3-5 cm)
- nu rămâne godeu = fibroză
- pielea poate fi subțiată, în tensiune, fragilă
+/-complicații = **STADIUL 2**

- diferență mai mare de 5 cm
- membrul devine neuniform
- îngroșarea epidermei, aspect piele de portocală
- țesut tare = fibroză
+ complicații: papilomatoză, limforee, infecții fungice și bacteriene = **STADIUL 3**

Înainte de a începe orice intervenție excludeți prezența: trombozelor, infecțiilor, metastazelor, sindromului de vena cavă superioară

INTERVENȚII

Prevenirea limfedemului prin educație auto-îngrijire:

- îngrijire tegument
- exerciții fizice
- menținerea greutatei corporale
- autoevaluare și apelarea la profesioniști imediat ce apar semne de evoluție a limfedemului

Tratament Intensiv
CDT - 2-3 săptămâni, intervenții zilnic

Tratament de menținere
- îngrijirea tegumentului
- exerciții fizice
- auto-drenaj limfatic manual
- compresie cu bandaje cu elasticitate scurtă sau ciorap/mâneacă elastică-clasa 2

Tratament Intensiv
Limfedem fără complicații = CDT –ambulator/ internare secție cu paturi, 2-3 săptămâni intervenții zilnic
Limfedem cu complicații – în funcție de complicații stabilim intervențiile ce pot fi aplicate

Tratament de menținere
- îngrijirea tegumentului
- exerciții fizice
- auto-drenaj limfatic manual
- compresie cu bandaje cu elasticitate scurtă sau ciorap/mâneacă elastică-clasa 2

Tratament Intensiv
Limfedem fără complicații = CDT – ambulator/ internare secție paturi, 3-5 săptămâni intervenții 2xzi
Limfedem cu complicații – în funcție de complicații stabilim intervenții ce pot fi aplicate

Tratament de menținere
- îngrijirea tegumentului
- exerciții fizice
- auto-drenaj limfatic manual
- compresie cu bandaje cu elasticitate scurtă sau ciorap/mâneacă elastică-clasa 3

MONITORIZARE

Re-evaluare la orice modificare apărută pe membru

Re-evaluare la 6 luni:
Staționar
Re-evaluare imediat ce apar semne de evoluție nefavorabilă

Re-evaluare la 6 luni:
Staționar
Re-evaluare imediat ce apar semne de evoluție nefavorabilă

Re-evaluare lunar:
Staționar
Re-evaluare imediat ce apar semne de evoluție nefavorabilă

Indicatori evaluare indiferent de stadiul limfedemului:

- Dimensiuni membru (măsurare)
- Prezența fibrozei
- Condiția tegumentului
- Mobilitatea membrului

EVOLUȚIE

Evoluție nefavorabilă Staționar Evoluție favorabilă

Risc limfedem

Orice pacient la care apare deteriorarea sistemului limfatic datorită intervențiilor chirurgicale, radioterapiei, presiunii exercitate de o tumoră pe gânglionii limfatici prezintă risc de a dezvolta limfedem

Evaluarea limfedemului:

istoricul bolii, inspecție, palpate și măsurarea membrului cu limfedem

Prevenirea limfedemului prin educație auto-îngrijire:

- îngrijire tegument
- Exerciții fizice
- menținerea greutății corporale
- auto-evaluare și apelare la profesioniști imediat ce apar semne de evoluție a limfedemului

Re-evaluare la orice modificare apărută pe membru

Diagnostic si evaluare (1)

Evaluarea continuă cu:

- Stabilirea stadiului limfedemului
- Evaluarea psihoemoțională - accent pe alterarea imaginii corporale
- +/- Rezonanță magnetică (RMN), Computer tomograf (CT) , Ecografie

Diagnostic si evaluare (2)

SCALA LIMFEDEM				
Stadiul 0 Sub-clinic	Stadiul 1 Usor	Stadiul 2 Moderat	Stadiul 3 Sever	Stadiul 4
<ul style="list-style-type: none"> - afectarea vaselor limfatice - asimptomatic - poate ramâne în acest stadiu mulți ani 	<ul style="list-style-type: none"> - edemul poate fi prezent intermitent (dimineța membrul afectat poate fi la aceleași dimensiuni ca cel sănătos) - ușor godeu la presiune - 2-3 cm diferență în circumferința - senzație de oboseală, greutate, rigiditate, furnicături 	<p>Inițial</p> <ul style="list-style-type: none"> - 3-5 cm diferență în circumferința membrului - pielea poate fi lucioasă, fragilă, în tensiune - deformarea membrului - godeu ce poate ramâne minute după presiune - semnul Stemmer pozitiv <p>Mai târziu</p> <ul style="list-style-type: none"> - edemul nu se ameliorează când membrul este ținut mai sus - la presiune nu mai apare godeu - țesut fibrotic - hiperkeratoză, papilomatoză, limforee 	<ul style="list-style-type: none"> - mai mult de 5 cm în circumferința membrului - deformare însemnata a membrului - la presiune nu rămâne godeu, țesut tare, indurat - fibroza - piele îngroșată - pliuri cutanate adânci - culoare pielii cianotică sau maronie - aspect piele de portocală - limforee 	<ul style="list-style-type: none"> - deformare masivă a membrului - risc foarte mare de infectii

Diagnostic si evaluare(3)



Interventii: Tratament limfedem -Terapie Decongestivă Complexă (TDC)

- reducerea dimensiunilor membrului cu limfedem
- îmbunătățirea circulației limfei din zonele congestive
- reducerea fibrozei și îmbunătățirea condiției tegumentului
- îmbunătățirea statusului funcțional al pacientului
- ameliorarea disconfortului și îmbunătățirea calității vieții
- reducerea riscului de infecții

Interventii:

Terapie Decongestivă Complexă (TDC)

I. Faza intensivă

- Drenaj limfatic manual (DLM)
- Bandaj multistratificat cu feșe cu elasticitate scurtă
- Exerciții fizice
- Îngrijirea tegumentului
- *Compresie pneumatică intermitentă (CPI)*
- Educarea pacientului și familiei pentru auto-îngrijirea limfedemului

Se face zilnic timp de cateva saptamani
pana cand dimensiunile membrului
ating un platou

II. Faza de menținere

- Auto-drenaj limfatic
- Purtare de ciorap/mâneacă elastică
- Exerciții fizice -pot crește progresiv dificultatea lor
- Îngrijirea tegumentului
- +/- *Compresie pneumatică intermitentă*
- Menținerea greutateii corpului

Proces continuu de auto-îngrijire care ajută la
menținerea rezultatelor obținute în faza
inițială

Interventii: Drenaj limfatic manual

masaj care implică o tehnică specifică care mobilizează tegumentul și stimulează sistemul limfatic



Interventii: Bandaj multistratificat

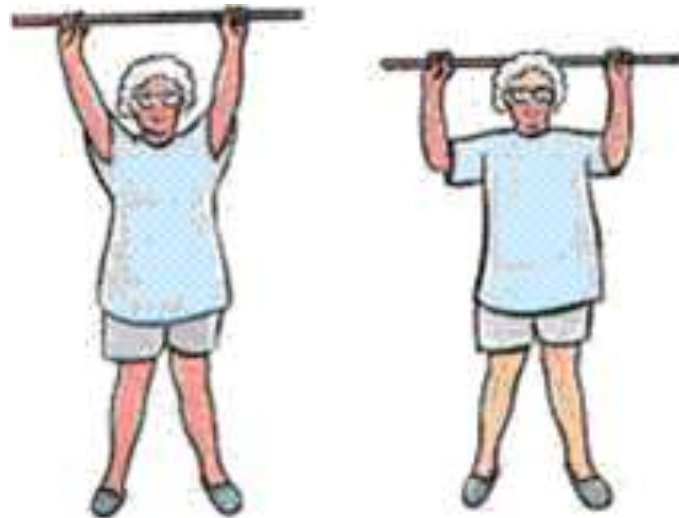
Bandajele folosite sunt cu elasticitate scurtă



Interventii: Exerciții fizice

Exercițiile se fac zilnic

- încep cu exerciții de respirație profundă, urmate de mobilizarea membrelor la nivel proximal (umeri, ceafă, brațe)
- continuând cu exerciții la nivel distal.
- Pe membrul afectat se poartă ciorap/mâneacă elastică sau bandajul multistratificat.



Interventii: Îngrijirea tegumentului

- igienă riguroasă
- hidratare regulată
- protejarea pielii
- identificarea și managementul infecțiilor pielii



Compresie pneumatică intermitentă (CPI)

- efect sinergic împreună cu celelalte intervenții
- pacienții trebuie evaluați de către un profesionist cu expertiză în îngrijirea limfedemului pentru a exclude contraindicațiile
- presiunea recomandată este între 30-60 mmHg



Contraindicații/intervenții limfedem

Bandajare/ Compresie externă	Drenaj limfatic manual	Compresie pneumatică intermitentă
<p>Contraindicații:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erizipel/celulită - Insuficiență arterială severă - Neuropatie periferică severă <p>Precauții:</p> <ul style="list-style-type: none"> - HTA - Diabet - Aritmie/stenoză cardiac - Insuficiență cardiacă - Sclerodermie - Poliartrite cronice - Paralizii -deficite senzoriale 	<ul style="list-style-type: none"> - Erizipel/celulită - Insuficiență renală - HTA instabilă - Insuficiență arterial severă - Ascită - Obstrucția venei cave superioare 	<p>Contraindicații:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Insuficiență arterială necontrolată - Insuficiență cardiacă necontrolată - Neuropatie periferică severă <p>Precauții:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cunoscut / suspect de tromboză venoasă profundă - HTA - Embolism pulmonar - Tromboflebite - Erizipel/celulită - Edem pulmonar - Bolivascularare ischemice - Boală cu metastaze

Terapie Decongestivă Complexă (TDC)

II. Faza de menținere

- După faza intensivă urmează faza de menținere, un proces continuu de auto-îngrijire care ajută la menținerea rezultatelor obținute în faza inițială.



Monitorizare

- Re-evaluare - la orice modificare aparuta pe membru/zona cu limfedem
- Re-evaluare in functie de stadiul limfedemului(1/6 luni)



concluzii

- Fără un diagnostic la momentul potrivit terapia este adesea amânată și limfedemul poate progresa.
- Folosirea unui algoritm ne ajută să oferim tratament într-o manieră organizată, eficientă și să obținem rezultate favorabile pentru pacienți.

