

Informatie betreft: lymfoedeem

Lymfoedeem is de ophoping van lymfevocht in en onder de huid doordat de transportcapaciteit van het lymfestelsel is gedaald als da niet met een toename van de belasting op het lymfestelsel. Het evenwicht tussen opname en afvoer van lymfe is dus verstoord.

Afhankelijk van welke lymfeklieren en lymfevaten minder goed werken of afwezig zijn, ontwikkelt lymfoedeem zich in verschillende zones van het lichaam.

- Aan één of beide zijden, arm en/of hand en voet en/of been
- Al dan niet in combinatie met de romp (borst, flank, buik, schaamstreek)
- Aan hoofd en hals

Als het lymfoedeem gevorderd is, kan er vervetting of lipoedeem optreden.

1) Symptomen

De eerste symptomen van lymfoedeem zijn:

- Gevoel van spanning, zwelling, zwaarte en druk.
- Spannen van kledij
- Zichtbare print van kledij in de huid

Nadien komen ook de volgende klachten op de voorgrond:

- Zwelling van één of meerdere lichaamsdelen: Bij het uitzicht wordt er onderscheid gemaakt tussen pitting en non-pitting lymfoedeem:
 - Pitting: lymfoedeem waarin met de duim een putje wordt geduwd. Dit geeft aan de het lymfoedeem nog in een beginstadium zit.
 - Non-pitting: lymfoedeem waarin met de duim geen putje wordt geduwd. Dit geeft aan dat de huid hard geworden is en dat het lymfoedeem al ver gevorderd is.
- Pijn of tintelingen in die lichaamsdelen
- Beperking in beweging
- Huidafwijkingen zoals harde huid, vochtblaasjes
- Terugkerende infecties in het aangetaste lichaamsdeel

Raadpleeg in een vroeg stadium of bij de eerste symptomen onmiddellijk uw behandelende arts. Een snelle diagnose is belangrijk. In een vroeg stadium treedt alleen de ophoping van lymfevocht op. Met de juiste behandeling kan de zwelling verdwijnen of beperkt worden. Maar als het lymfevocht zich blijft ophopen, wordt het op termijn vervangen door vetweefsel en is het lymfoedeem onomkeerbaar. Met de behandeling kunnen we dan wel een verdere zwelling tegengaan.

Lymfoedeem is meestal een voortschrijdend proces.

Het wordt ingedeeld in **verschillende stadia**, volgens ernst:

- Stadium 0: er zijn klachten zoals een gevoel van zwaarte, spanning en druk, maar er is nog geen zwelling zichtbaar.
- Stadium 1: het lymfoedeem is nog omkeerbaar. De zwelling komt en gaat. U kan de zwelling verminderen door het gezwollen lichaamsdeel hoog te houden. In dit beginstadium treedt soms pitting op: met een vinger kunt u door de vochtverplaatsing een zichtbaar putje duwen in de huid.
- Stadium 2a: vanaf dit stadium is het lymfoedeem onomkeerbaar. De pitting is nog aanwezig.
- Stadium 2b: door de stapeling van vetweefsel verdwijnt de pitting.

- Stadium 3 of elephantiasis: er is geen pitting meer. De huid is verdikt en verhard en vetweefsel stapelt zich op.

2) Oorzaken

Lymfoedeem kan opgedeeld worden in twee soorten, afhankelijk van de oorzaak. Bij de oorzaak wordt er onderscheid gemaakt tussen primair en secundair lymfoedeem:

- Primair lymfoedeem: de oorzaak is een aangeboren probleem van de werking van de lymfevaten of lymfeknopen
- Secundair lymfoedeem: de oorzaak is een verworven verstoring van het lymfestelsel, door bijvoorbeeld door een ongeval, infectie, door een operatie en/of radiotherapie in de behandeling voor kanker. Een onbehandelde tumor kan druk uitoefenen op het lymfevatenstelsel waardoor het een minder goede werking heeft. Ook kan veneuze insufficiëntie aanleiding geven tot lymfoedeem.

3) Diagnose

Een vroege diagnose is belangrijk op het gebied van preventie, educatie en therapeutische mogelijkheden. Als het enkel gaat om de aandoening lymfoedeem, dan zal de diagnose snel bevestigd kunnen worden aan de hand van een klinisch onderzoek en een bevraging van het ontstaan, familiale problemen en voorgaande behandelingen van deze aandoening en klinisch onderzoek bij een vaatchirurg. De diagnose kan echter bemoeilijkt worden als er andere aandoeningen op de voorgrond staan, zoals morbide obesitas, veneuze insufficiëntie, infecties of een onderliggend trauma.

De diagnose van lymfoedeem wordt op een objectieve manier gesteld door middel van een meting van het aangetaste lidmaat. Een verschil in omtrek van het aangetaste ten opzichte van het andere, normale lidmaat of een evolutie in de omtrek van een lidmaat of meerdere ledematen ten opzichte van een vorige meting, zorgt voor een objectieve bevestiging.

Bij (vermoeden van) deze aandoening voeren we een of meerdere onderzoeken uit.

4) Behandeling

De behandeling van lymfoedeem zal altijd ter bestrijding van de symptomen zijn. De aandoening op zich kan niet genezen worden.

4.1 Conservatieve behandeling

De conservatieve behandeling (zonder operatie) bestaat uit vier pijlers:

1. Preventie: de huid hydrateren, wondjes voorkomen, overgewicht vermijden.
2. Compressietherapie:
 - Zwachtelen: het lichaamsdeel wordt ingezwachteld met een kort rekverband om het oedeem te behandelen en verminderen.
 - Drukkledij: om de zwelling onder controle te houden.
3. Bewegen (terwijl de weefsels aangedrukt worden) zodat de spierpomp kan helpen om het lymfevocht af te voeren.
4. Manuele lymfedrainage om het lymfevocht af te voeren.

De conservatieve behandeling verloopt in twee fasen.

1. Intensieve fase om lymfoedeem zoveel mogelijk te verminderen

Duur: 2-4 weken

Methode: educatie, huidzorg, manuele lymfedrainage, oefenen, windelen

2. Onderhoudsfase

Duur: levenslang

Methode: huidzorg ter preventie van infectie, manuele lymfedrainage, oefenen, compressiekous

4.2 Heelkundige behandeling

Soms is een heelkundige ingreep nodig om de afvloeit van het lymfevocht te verbeteren of te herstellen. Er zijn meerdere mogelijkheden:

- Lymfo-veneuze shunt: er wordt een verbinding gemaakt tussen lymfevaten en goed werkende bloedvaten.
 - Lymfekliertransplantatie: gezonde lymfeklieren worden microchirurgisch verplaatst naar de regio met beperkt lymfetransport
 - Liposuctie: het onderhuidse vet en lymfevocht wordt weggezogen.
- Ook na een chirurgische operatie blijft de conservatieve behandeling nodig.