

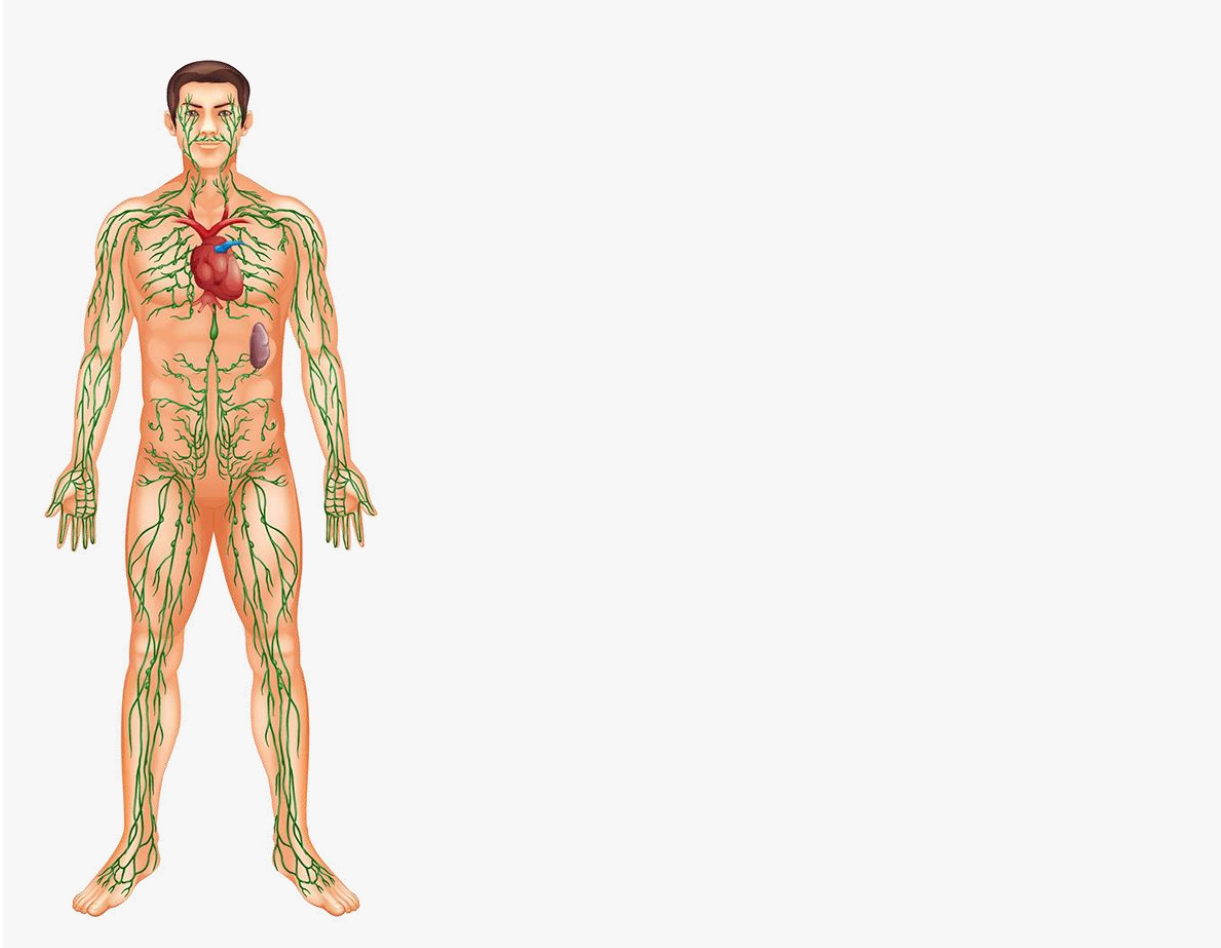
Lymfoedeem in benen en voeten

Beschrijving:

Wat is lymfoedeem?

Het lymfevatenstelsel is een soort afvoersysteem. De lymfevaten voeren vocht met allerlei afvalstoffen uit het lichaam af naar de bloedbaan. Dit lymfevocht wordt onderweg gefilterd in de lymfeklieren. Het lymfesysteem speelt ook een belangrijke rol bij de afweer.

Lymfevocht dat ophoopt en een zwelling veroorzaakt noemen we lymfoedeem. Lymfoedeem kan overal ontstaan en kan zowel links, rechts of aan beide kanten voorkomen.



het lymfevatenstelsel

Oorzaken lymfoedeem

Als het lymfesysteem niet meer instaat is de normale hoeveelheid weefselvocht af te voeren, ontstaat lymfoedeem. De ophoping van vocht veroorzaakt zwelling. Er wordt onderscheid gemaakt tussen primair en secundair lymfoedeem.

Primair lymfoedeem wordt veroorzaakt door een aangeboren afwijking aan het lymfesysteem, waarbij de lymfevaten zijn onderontwikkeld of juist plaatselijk zijn verwijd. Hierdoor wordt het lymfevocht niet goed opgenomen en/of afgevoerd. Bij secundair lymfoedeem is de schade aan het lymfesysteem later ontstaan. Dit komt voor wanneer er bijvoorbeeld lymfeklieren zijn weggehaald bij de behandeling van kanker. Daarnaast kan er ook schade ontstaan na een ongeval, grote operatie of een infectie.

Klachten lymfoedeem

Bij lymfoedeem in de benen en voeten wordt een zwaar en vermoeid gevoel ervaren. Ook is er zwelling zichtbaar. Door de zwelling wordt het bewegen moeilijker en voelt de huid strak en jeukerig aan. Daarnaast komt een stekende pijn voor.

Lymfoedeem kan ook leiden tot huidklachten; de huid wordt dikker en droger. Deze huidafwijkingen komen vaak het eerst voor bij het begin van de tenen en beginnen als bleke verdikkingen en smetplekken in de huidplooien.

Ook geeft lymfoedeem een verhoogde kans op wondroos. Wondroos is een acute infectie van de huid door (in de meeste gevallen) de streptokokken bacterie. Wondroos geeft een gezwollen, rode huid die pijnlijk en warm

Diagnose lymfoedeem

Bij het herkennen van lymfoedeem wordt het 'teken van Stemmer' gebruikt. De specialist probeert de huid aan de basis van de tweede en derde teen te pakken. Lukt dit niet, dan is het teken van Stemmer positief. Dit betekent dat er een grote kans bestaat dat er sprake is van lymfoedeem.

Behandelingen lymfoedeem

Behandelingen van lymfoeding richten zich op het stimuleren van de afvoer van lymfevocht. Bij niet-operatieve behandelingen kunt u onder andere denken aan:

- Bewegen
- Manuele lymfedrainage
- Zwachtelen
- Therapeutische elastische kousen
- Steunzolen
- Fysiotherapie
- Schoenadvies