

ЛЕКЦІЯ 10

ТЕМА: ЛІМФОДРЕНАЖ. РІЗНОВИДИ ТА ОСОБЛИВОСТІ

Зміст

1. Різновиди лімфодренажу, як засобу ФР.
2. Мануальний (ручний) лімфодренаж

Реабілітація лімфостазу направлена на попередження прогресу, як самого набряку, так і його ускладнень. Багато в чому це залежить від часу звернення до фахівця і, надалі, від бажання вирішення проблем самим пацієнтом. Курс лікування та реабілітації лімфостазу, що проводиться, вимагає уважного виконання всіх рекомендацій лікаря, що лікує, терпіння, цілеспрямованості, наполегливості в досягненні успіху з обов'язковим встановленням позитивного емоційного фону і взаєморозуміння обох сторін.

В більшості випадків при лімфостазі (лімфедемі) використовується консервативний метод лікування, направлений на створення умов для кращого відтоку лімфи з міжклітинного простору, забезпечення розвитку більшої кількості обхідних лімфатичних шляхів. Основними засобами тут виступають:

- * Ручний лімфодренаж;
- * Лікувальна фізкультура
- * Бандажування кінцівки;
- * Підбір і носіння лікувального компресійного трикотажу;
- * Лікарська терапія.
- * Фізіотерапія, що включає: лазеротерапію, електромагнітну стимуляцію та пневмомасаж (лімфопресс) за показами;

У разі неефективності консервативного лікування лімфостазу може бути запропоноване хірургічне лікування: мікрохірургічне створення лімфовенозних анастомозів, пересадка повноцінних лімфовузлів.

Мануальний (ручний) лімфо дренаж (МЛД) в комплексному лікуванні лімфостазу має особливе, і навіть виняткове значення. мануальний лімфодренаж має на меті перш за все підтримувати і підсилювати дренажну функцію лімфатичних судин, а також всмоктуючу і транспортну функції лімфатичної системи. Мануальний лімфодренаж підтримує циркуляцію лімфи, відводить її накопичення з тканинних депо у відповідний колектор.

Мануальний лімфодренаж можна розділити на "транспортний" і "абсорбцію". "Транспортний" масаж переслідує мету відведення лімфи. Починається він завжди з проксимальних, а не з дистальних частинах лімфедемі, як це часто помилково роблять, тому що необхідно спочатку звільнити проксимальну частину лімфатичного русла для вільного пасажу лімфи з дистальних відділів кінцівки. Масажні рухи йдуть точно уздовж лімфатичних судин.

Масаж "абсорбції" характеризується ритмічним круговим здавлюванням кінцівки за допомогою несильних рухів пальців і долоні масажиста. Масаж починається в проксимальних частинах лімфедемі і просувається дистально. При цьому відбувається розпушування фіброзно зміненої підшкірної клітковини. Сила і тиск масажних рухів не повинні вести до порушення крихких лімфатичних капілярів і до їх постійної компресії, а тим самим до блокади, що порушує функцію лімфатичної помпи.

Загальна характеристика прийомів МЛД:

- максимально повний (на скільки це можливо) контакт кисті терапевта з шкірою пацієнта.
- максимально можливе зрушення шкіри (в межах індивідуальної еластичності)
- секундний ритм виконання прийомів в зоні здорових тканин
- кожен прийом складається з двох фаз: фаза зрушення і фаза розслаблення,
- при проведенні прийомів МЛД необхідно пам'ятати, що напрям фази зрушення повинен точно відповідати напрямку відтоку (за наявності здорових судин лімфатичної системи, у разі захворювання або відсутності лімфатичних вузлів внаслідок оперативного лікування, напрям відтоку може бути змінено по вибору терапевта у кожному конкретному випадку окремо),
- неприпустимо ковзання рук терапевта по шкірі з сильним тертям, а також здавлення шкіри, як при класичному масажі (у будь-якому випадку створення на шкірі гіперемії - одна з грубих помилок при проведенні МЛД)

При МЛД найважливіший аспект, який заслуговує особливої уваги і що вимагає певних навиків, - це контакт рук терапевта з шкірою пацієнта, підбір амплітуди зрушення шкіри і навколишніх тканин з урахуванням індивідуальної еластичності шкіри для кожного пацієнта. Мануальний лімфодренаж проводиться лише фахівцем, щодня протягом 1-1,5 годин; курсом 20 днів.

Опис мануального лімфодренажу

Існують 4 основних прийоми, розроблених основоположником методу ім. Воддер : «круг на місці», «помпа», «черпаючий» і «обертаючий»

Крім описаних основних прийомів в практиці МЛД для терапії лімфатичних набряків використовують спеціальні прийоми, які дозволяють розм'якшувати фібротично змінені тканини в зоні лімфедми. Це так звані «м'який» і «твердий» прийоми, а також «пересуваючий», «наповнюючий» і «тривимірний» прийоми.

Загальними протипоказами до проведення мануального лімфодренажу є:

- гостре запалення, обумовлене патологічними збудниками (бактерії, віруси);
- кардіальні набряки (декомпенсація при серцевій недостатності);
- грибкові захворювання (не лише шкірні, які мають бути проліковані до початку проведення процедур мануального лімфодренажу, але і інші грибкові інфекції, наприклад дисбактеріоз кишечника, вагінальні та грибкові інфекції);
- злоякісні процеси (відносне протипоказання);
- локально-регіональний рецидив пухлини (абсолютний протипоказ для проведення мануального лімфодренажу в цій зоні, хоча є наукові докази, що мануальний лімфодренаж не призводить до поширення метастазів, проте, при проведенні процедури лімфодренажу слід дотримуватися даного правила);

Регіональні протипокази:

1. Для ділянки шії:

порушення серцевого ритму, вік пацієнтів (обох статей страше 60 років), підвищена функція щитовидної залози (гіпертериоз, Базедова хвороба), гіперчутливість синокаротидного вузла (Sinus caroticus).

2. Для ділянки живота:

Вагітність, менструація, епілепсія, стан після завороту кишок, дивертикульоз, аневризма черевної частини аорти, артеріальний склероз, запальні захворювання кишківника, стан після тромбозу вен малого тазу, та стан після радіотерапії в ділянці живота та черевної порожнини.

3. Локальні:

гострий тромбоз тромбофлебіт (проведення мануального лімфодренажа можливо через 6 тижнів після завершення тромбофлебіту, після додаткової лікарської консультації).

Всі вказані вище протипоказання приведені в ознайомлювальних цілях. Прийняти рішення про можливість лікування у кожному конкретному випадку може лише лікар-лімфолог, консультація в якого є обов'язковою.

Рекомендована література

Базова

1. Мика К. Реабилитация после удаления молочной железы / пер. с польск. К. Мика. – М. : Мед. литература, 2008. – 144 с.
2. Chikly VJ. Manual techniques addressing the lymphatic system: Origins and development. J Am Osteopath Assoc 2005;105:457–474.
3. Korosec, B. J. (2004). Manual lymphatic drainage therapy. Home Health Care Mangement & Practice, 16, 499-511.
4. Wittlinger G. Textbook of Dr. Vodder's manual lymph drainage [Electronic resource] / Günther Wittlinger, Hildegard Wittlinger // Thieme. – 2004 – 135 p. – Access mode : <http://books.google.com.ua>.
5. Zuther Joachim E. Lymphedema management: the comprehensive guide for practioners [Electronic resource] / Joachim E. Zuther // Thieme. – 2005 – P. 270. – Access mode : <http://books.google.com.ua>.
6. Michael Földi Foundations of Manual Lymph Drainage, 3rd Edition / Michael Földi, Roman Strossenreuther //.- 2005. - 110 p.

Допоміжна

1. Piller, NB and O'Connor, M. The Lymphoedema Handbook. Causes, Effects and Management, Hill of Content, Melbourne (2001)
2. Bellhouse, A. 'Simple lymphatic drainage'. in: Twycross R, Jenns K, Todd J (Eds.) Lymphoedema. Radcliffe Medical Press, Oxford; 2000:217–235.
3. Leduc, A, Leduc, O. 'Manual lymphatic drainage'. in: Twycross R, Jenns K, Todd J (Eds.) Lymphoedema. Radcliffe Medical Press, Oxford; 2000:203–216.

Контрольні питання.

- Що таке мануальний (ручний) лімфо дренаж
- Правила проведення мануального лімфодренажу
- Показання до мануального лімфодренажу
- Загальні проти показання до мануального лімфо дренажу
- Охарактеризувати прийоми мануального лімфо дренажу