

OGÓLNOPOLSKI PROGRAM PROFILAKTYKI OBRZĘKU LIMFATYCZNEGO PO LECZENIU RAKA PIERSI

Dla kogo dedykowany jest program?

Kobiety z terenu województwa podlaskiego i lubelskiego, w wieku aktywności zawodowej z rozpoznaniem rakiem piersi zakwalifikowane do leczenia chirurgicznego.

Czym jest obrzęk limfatyczny?

Obrzęk limfatyczny (spuchnięcie kończyny górnej po stronie leczonego dołu pachowego) to nadmierne nagromadzenie płynu, będące wynikiem zastojów limfatycznych lub stanów zapalnych naczyń albo ich uszkodzeń mechanicznych. Każdy obrzęk jest objawem przeciążenia układu limfatycznego i stanowi proces przewlekłe postępujący.

Po radykalnej operacji raka piersi mogą wystąpić trudności z prawidłowym odpływem chłonki z kończyny górnej, czego wyrazem jest obrzęk limfatyczny. Problem najczęściej pojawia się w okresie odległym od zabiegu (średnio po 1–1,5 roku) i manifestuje się takimi symptomami, jak:

- powiększenie objętości kończyny,
- dolegliwości bólowe (ból rozpierający, piekący),
- upośledzenie sprawności funkcjonalnej.

Aby uzyskać powrót do sprawności po zabiegach operacyjnych w obrębie piersi i zminimalizować ryzyko wystąpienia obrzęku należy jak najwcześniej rozpocząć proces rehabilitacji.

Dlaczego tak ważna jest profilaktyka obrzęku limfatycznego po chirurgicznym leczeniu raka piersi?

Częstość występowania obrzęków limfatycznych po chirurgicznym leczeniu raka piersi jest istotnym problemem dla kobiet po leczeniu raka piersi. Obrzęk limfatyczny dotyczy od 24% do 49%, a nawet do 60% (w zależności od przyjętych kryteriów) kobiet po ALND i od 4% do 28% kobiet po biopsji węzła wartowniczego. Stąd program będzie skupiać się na profilaktyce wystąpienia obrzęku.

Kobiety po leczeniu raka piersi są najbardziej narażone na wystąpienie obrzęku limfatycznego kończyny górnej (po stronie operowanej piersi), jeżeli:

- przebyły zabieg usunięcia wszystkich węzłów chłonnych dołu pachowego,
- mają wysoką masę ciała (nadwaga i otyłość),
- zostaną poddane radioterapii.

Dlatego już od pierwszej doby po operacji należy wprowadzać profilaktykę przeciwobrzękową.



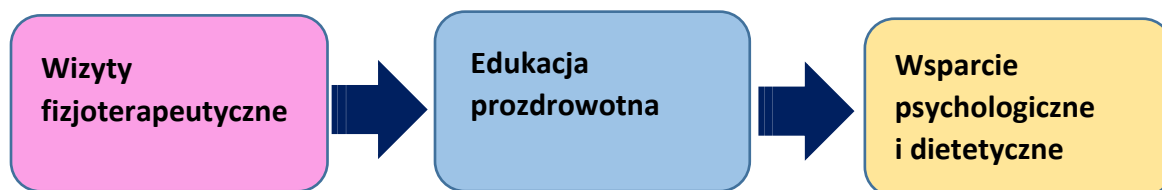
Jakie wsparcie otrzyma pacjentka w ramach programu ?

Każda pacjentka zakwalifikowana do udziału w programie otrzyma kompleksowe wsparcie w postaci:

- Indywidualnych wizyt fizjoterapeutycznych
- zajęć ruchowych w małych grupach
- Indywidualnych porad psychologicznych,
- warsztatów psychologicznych w małych grupach
- Indywidualnych porad dietetycznych

Każda pacjenta w ramach programu profilaktycznego zostanie objęta **kompleksową opieką** przez zespół specjalistów (**fizjoterapeuta, dietetyk, psycholog**)

Wizyty indywidualne i zajęcia grupowe są planowane w ustalonych odstępach czasowych w sposób umożliwiający monitorowanie stanu zdrowia i odpowiednim interweniowaniu w zależności od postępów pacjentki. Terminy spotkań są dostosowane do wizyt związanych z przebiegiem procesu leczenia umawianych w poradniach BCO.



Okres objęcia programem profilaktycznym

W zależności od stopnia zagrożenia wystąpieniem obrzęku wynikającym z zastosowanych rodzajów interwencji chirurgicznej, pacjentka objęta jest wsparciem od 6 miesięcy do 13 miesięcy od operacji. Udział w programie profilaktycznym rozpoczyna się już na oddziale chirurgicznym, zaś kolejne wizyty ustalane są indywidualnie, w zależności od zastosowanych interwencji chirurgicznych.

➡ Pierwsze interwencje w ramach Programu udzielane są na oddziale chirurgii Białostockiego Centrum Onkologii, w czasie okołoperacyjnym.

➡ Kolejne wizyty u specjalistów, mogą być realizowane w Białostockim Centrum Onkologii lub w szpitalach współpracujących w ramach Programu POL:

● **Grajewo: Szpital Ogólny im. dr Witolda Gineła**, ul. Konstytucji 3 Maja 34, 19-200

E-mail: sekretariat@szpital-grajewo.pl

Tel. centrala: (86) 272 32 71



Białostockie
Centrum
Onkologii

BIAŁOSTOCKIE CENTRUM ONKOLOGII

im. Marii Skłodowskiej-Curie w Białymstoku
ul. Ogrodowa 12, 15-027 Białystok
tel.: 85 664 67 11 (centrala), 85 664 68 00 (sekretariat)
www.onkologia.bialystok.pl

- **Mońki: Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Monkach, Al. Niepodległości 9, 19-100 Mońki**

Centrala tel.: 48 85 30 70 427

PRZYDATNE INFORMACJE

Zainstaluj na swoim telefonie aplikację mobilną **POL obrzęk limfatyczny**. Aplikacja zawiera praktyczne porady i filmy instruktażowe, które pomogą Ci w zapobieganiu obrzękom limfatycznym.

Kontakt BCO w sprawie zajęć ruchowych i warsztatów psychologicznych: **+48 693 566 693**



**Profilaktyka obrzęku
limfatycznego**

PO LECZENIU RAKA PIERSI