

MASTEKTOOMIA NING LÜMFADENEKTOOMIA JÄRGNE TAASTUSRABI.

Kaia Kuleša

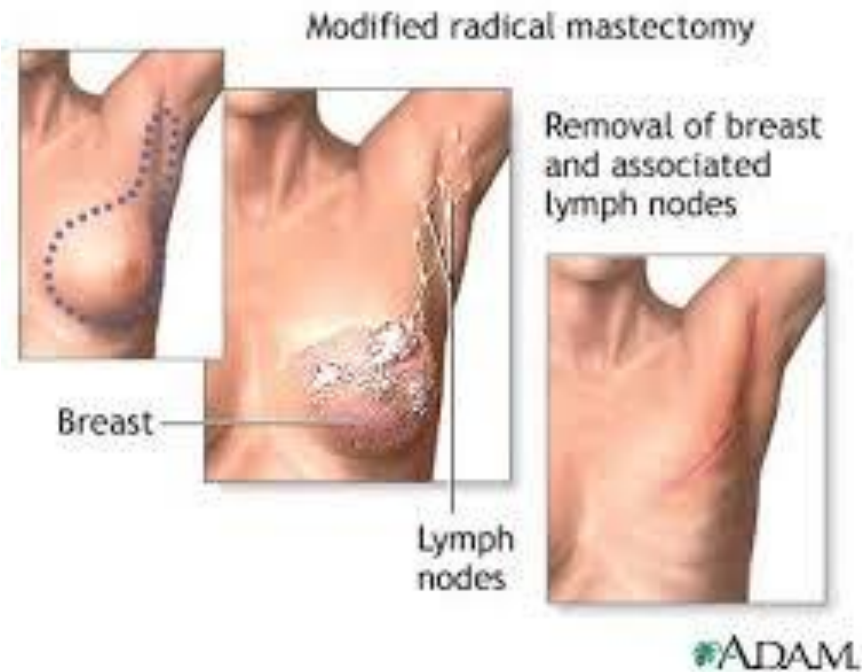
FT/LT

PERH

2014

TAVAPÄRASEMAD KIRURGILISED MEETODID

- ◉ Modifitseeritud radikaalne mastektoomia/ Patey j.
- ◉ Mastektoomia
- ◉ Sektorreseksioon, lumpektoomia

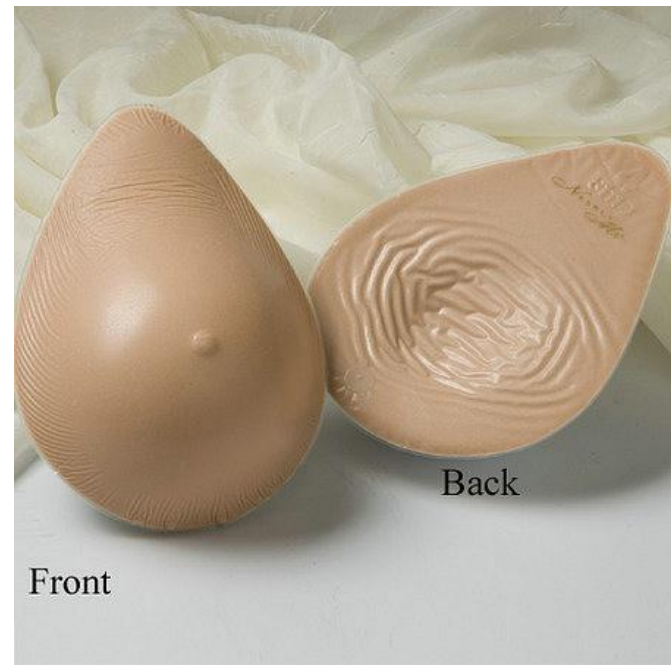


VÕIMALIKUD PROBLEEMID OP JÄRGSELT

- Rühiprobleemid
- Õlaliigese liikuvuspiiratus
- Lümfödeem
- Seroom
- „Axillary web“ sündroom (AWS)

RÜHIPROBLEEMID

- Ka väikese rinna eemaldamise tagajärjel
- Torakaalosa ning õlavöötme asümmeetria
- Rinnaproteesid, treening

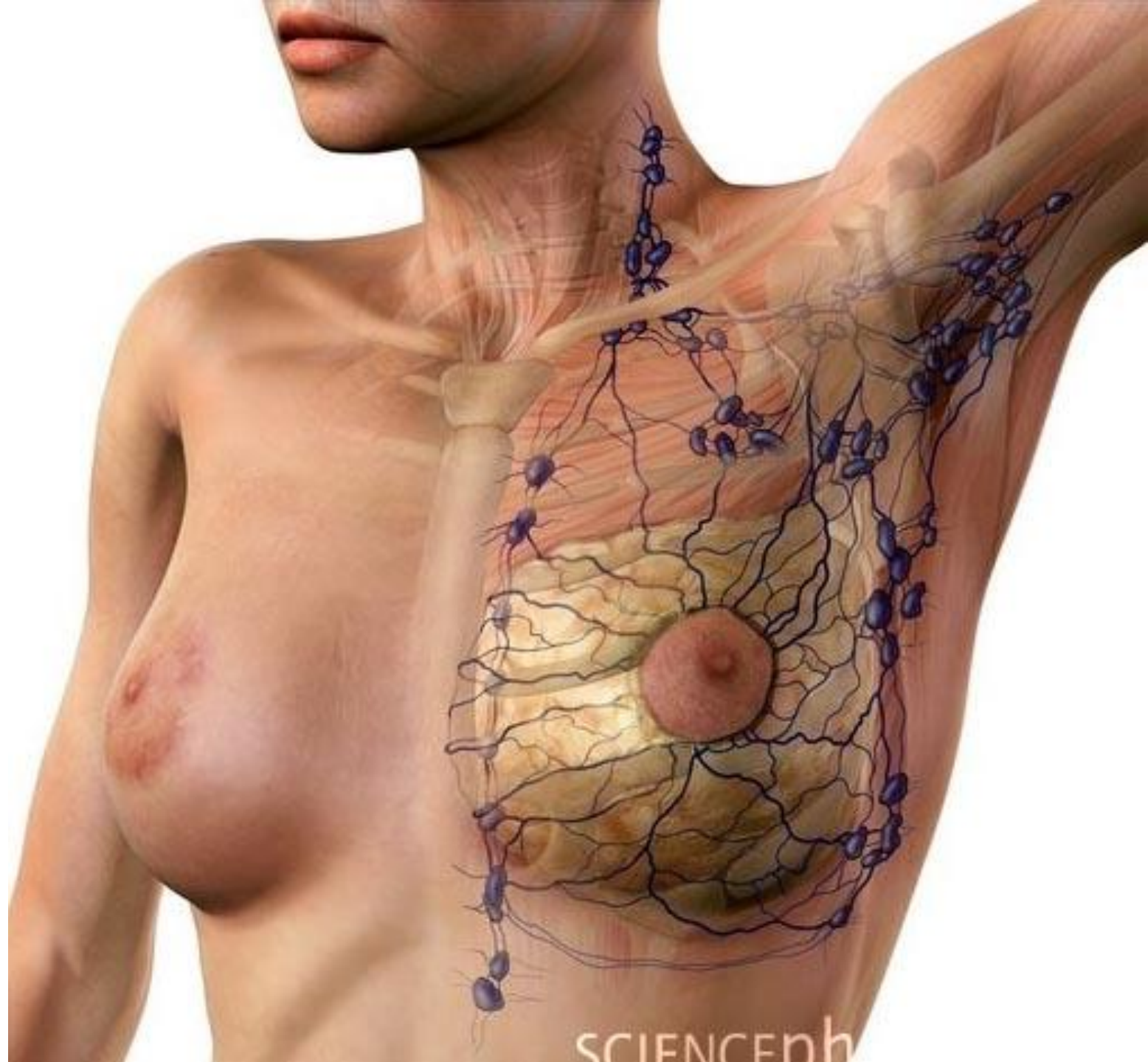


ÕLALIIGESE LIIKUVUSE TAASTAMINE

- ◉ Valuvabalt!
- ◉ Kergemate harjutustega võib alustada juba op järgsel päeval
- ◉ Esimesed 7 päeva õla kõrguseni (vähendab nii LÖ kui seroomi tekkeriski; Todd, et a.l 2008, Shamley 2005)
- ◉ Järk järgult koormust tõsta
- ◉ 1-2X päevas
- ◉ 6 nädala pärast võib naaseda tavapärase treeningu juurde

LÜMFÖDEEM

- Valgurikka vedeliku kogunemine interstiitsiumi, mis põhjustab kroonilise põletiku ning sellest tingitud fibrooskoe vohamise.
- Kirjanduse andmetel 25 %, valvursõlmede puhul 5%
- Kiiritus- ja keemiaravi tõstavad riski



SCIENCEPH

TEKET SOODUSTAVAD

- ◉ Ülekaal
- ◉ Liigne koormus, suurte raskuste tõstmine
- ◉ Infektsioonid (erüsiipelas)
- ◉ Trauma
- ◉ Konstriksioon!
- ◉ Liiga kõrge/madal temperatuur, suur kontrast
- ◉ Kirurgia LÖ piirkonnas
- ◉ Staas
- ◉ Lennureisid

TURSE VS LÜMFÖDEEM

- Sümptom
- Vedeliku kogunemine ekstratsellulaarsesse ruumi
- Põhjuse edukal ravil möödub ka turse
- Tselluliiti ei kaasne
- Haigus
- Proteiinirikka vedeliku kogunemine interstiitsiumi- fibroos
- Krooniline
- Kõrgem infektsioonide tekkerisk

Turse

Lümfödeem

FAASID

⦿ 0 (latentne)

⦿ 1. faas (taanduv)



⦿ 2. faas (mittetaanduv)- turse suurem, “lohutest” negatiivne. Esineb fibroosset kudet. Elevatsioon turset ei mõjuta.



- 3. faas (lümfostaatiline elefantiaas)- tugev sidekoestumine, nahamuutused, esineb papillomatoose



SÜMPTOMID

- Võib alati nii kiirelt kui aegamööda
- Progressiivne
- “pitting”
- Tihtipeale algab distaalselt (kandilised varbad; positiivne “stemmeri” märk; anatoomiliste kontuuride kadumine; asümmeetria)
- Tsellulliidi esinemine on tavapärane
- Ebamugavustunne (pinge, raskus, valulikkus)
- Nahamuutused hilisemate faaside puhul (fibroos, papillomatoosid jne)
- Haavandid ebatavalised
- CVI ga võrreldes säilitab nahk elastsuse kauema aja vältel

KOMPLEKSNE DEKONGESTIIVNE TERAAPIA (KDT)

- ⊙ MLD
- ⊙ Kompressioonsidumine
- ⊙ Sobivad füüsilised harjutused
- ⊙ Nahahooldus
- ⊙ Patsiendi juhendamine

MLD

- ◉ Õrn, rütmiline
- ◉ Aktiveerib lümfangiotoorikat
- ◉ Soodustab proteiinirikka vedeliku reabsorptsiooni
- ◉ Lõõgastav, analgeetilise efektiga
- ◉ 45-60 min
- ◉ Hüperemeiat ei teki





KOMPRESSIOONSIDUMINE

- Kui naha elastsus väheneb, ei ole ka lihaspump enam nii efektiivne- vajalik väline surve.
- Kõrgem rõhk “tööl”, väiksem rõhk puhkusel.
- Kahaneb alt üles suunas



TREENING

- Vajalik nii jõu, aeroobse vastupidavuse kui lihaselastsuse parandamine.
- Järk-järgult, vajab juhendamist.
- Ka muudele kehaosadele tehtavad harjutused võivad mõjutada turses jäset.
- NB! Ka siis kui pt on tegelenud jõutreeninguga regulaarselt, peaks olema ettevaatlik koduses või töökeskkonnas raskete esemete tõstmisega!



ringkude



lamekude

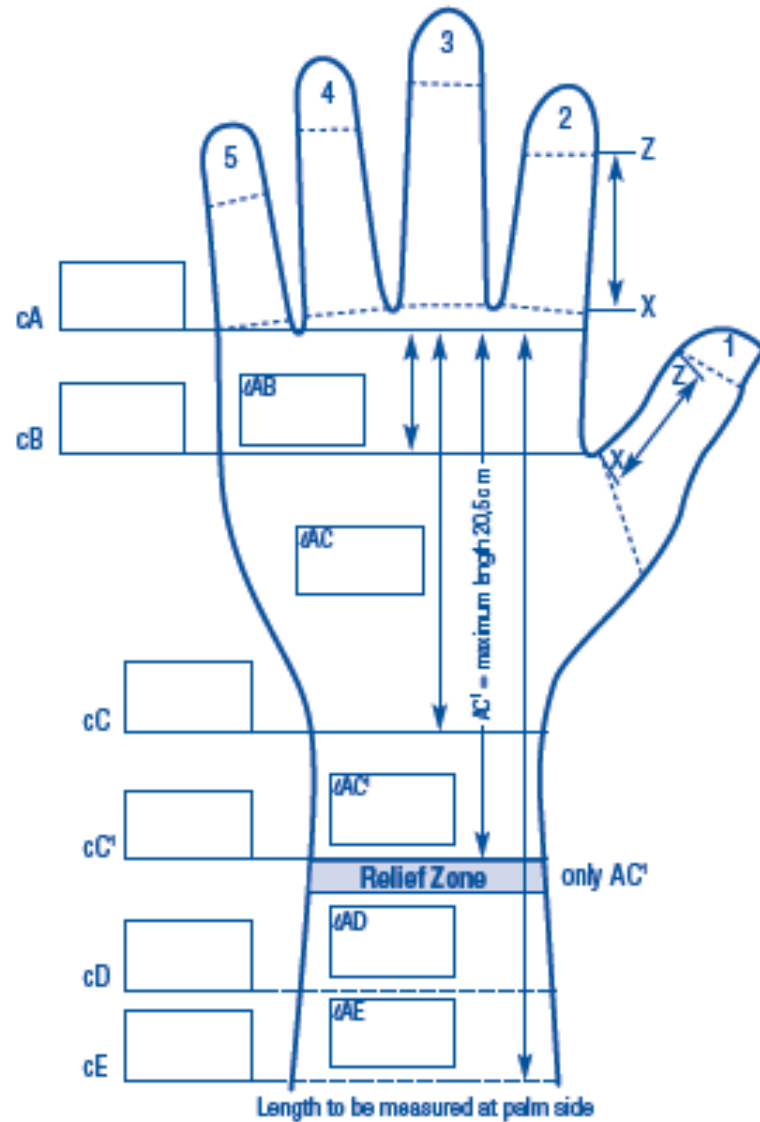
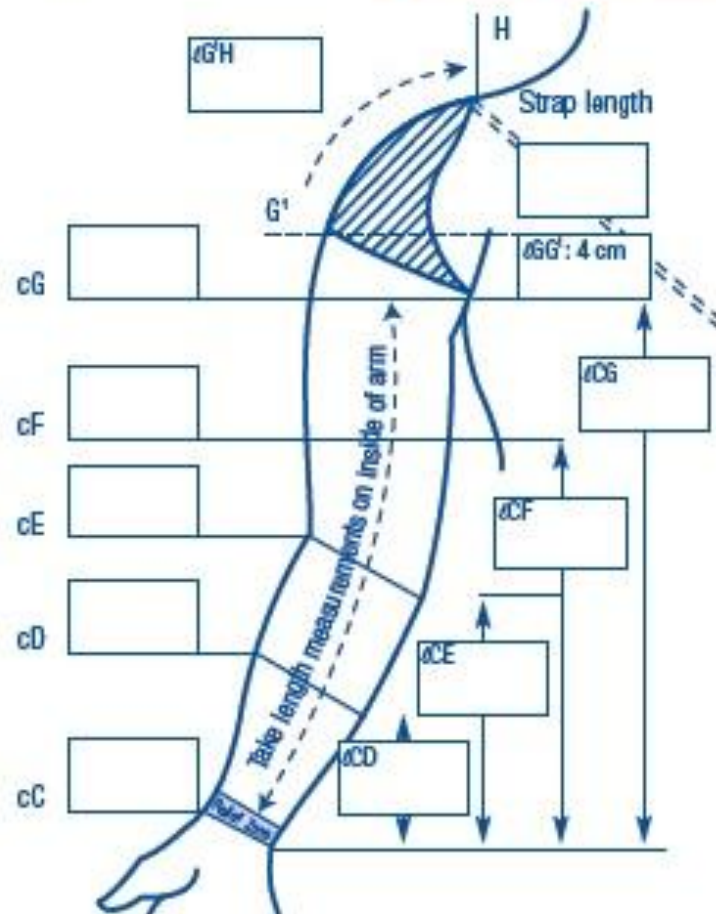
RINGKUDE/LAMEKUDE



QUALITY

- JOBST® Evarex®
- JOBST® Evarex® soft

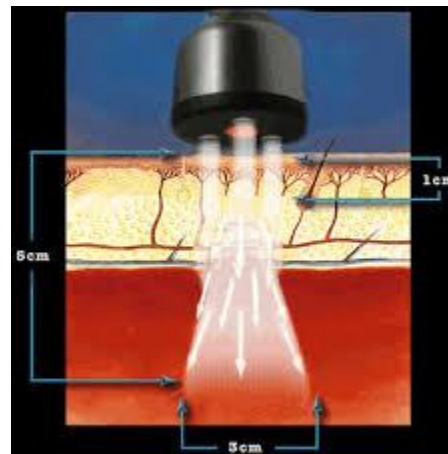
Qty./Class	CCL 1	CCL 2
Left		
Right		



Comments:

MUUD VAHENDID

- Kinesioteip
- Pneumaatilised pumbad
- Madalsageduslik laserravi



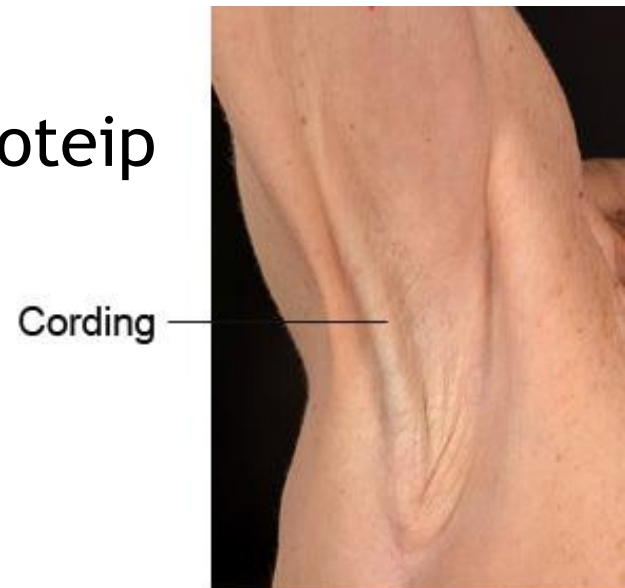
SEROOM

- Tavaliselt 7-10 päeva pärast op-i
- Võib kesta kuid, aastaid
- Tihti korduvad punkteerimist vajav
- MLD



„AXILLARY WEB“ SÜNDROOM

- USA andmete kohaselt 72% täieliku aksillaarse lümfadenektoomia ja 20% valvursõlmede eemaldamise järgselt.
- Tihedad nöörijad nahamoodustised
- Valu, pinge abduktsioonil
- Õrnad venitused, MLD, kinesioteip



Photograph of cording after breast surgery
Copyright © Cancer Research UK

AITÄH KUULAMAST !