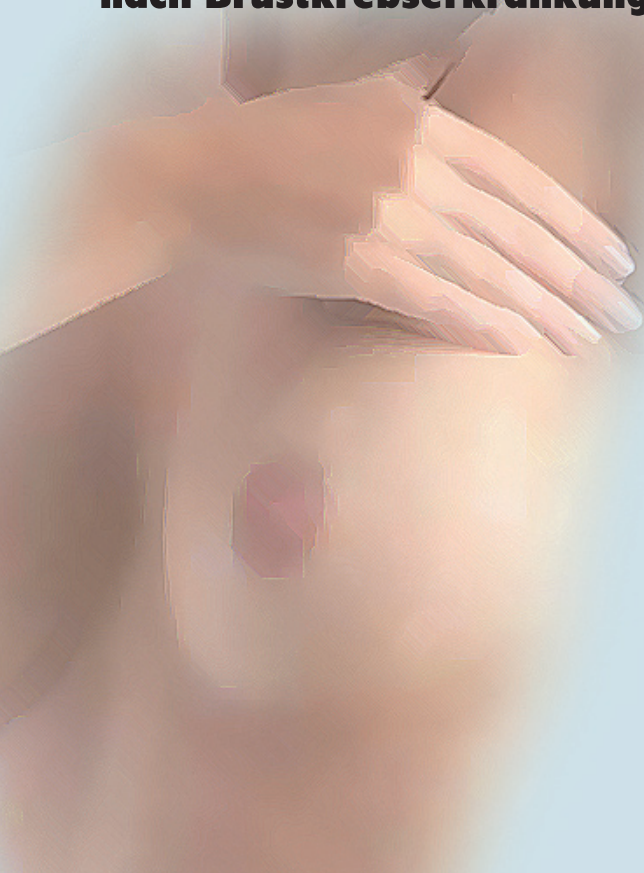


Lymphologische Behandlung

nach **Brustkrebserkrankung**



Mit freundlicher Unterstützung von:



www.bauerfeind.com

EIN WORT VORAB

**Sehr geehrte Betroffene,
sehr geehrte Damen und Herren,**

die nunmehr vor Ihnen liegenden Informationen zum **Netzwerk Lymphologie** im Kreis Heinsberg begrüße ich außerordentlich. Mit dem Netzwerk Lymphologie ist ein weiterer Schritt zur vernetzten Versorgung und interdisziplinären Zusammenarbeit in einem wichtigen Feld der medizinischen Versorgung entstanden.

Das Lymphödem des Armes bedarf nämlich einer intensiven Zusammenarbeit zwischen den **gynäkologischen Abteilungen unserer Krankenhäuser** in Erkelenz und Heinsberg sowie darüber hinaus, der **niedergelassenen Ärztinnen und Ärzte, den Physiotherapeuten und dem Sanitätsfachhandel**. Erst durch eine vernetzte und aufeinander abgestimmte Behandlungslinie ist der größtmögliche Nutzen für Sie als betroffene Patientinnen und Angehörige zu erzielen.

In den nachfolgenden Zusammenstellungen finden Sie Grundsätzliches über das Lymphödem, die beteiligten Therapeuten und den beteiligten Fachhandel. Außerdem unterstützen die im Qualitätszirkel mitarbeitenden Frauenärzte das Lymphnetzwerk. Ich würde mich freuen, wenn das Netzwerk Lymphologie auch Mitglieder aus dem Bereich der niedergelassenen Allgemeinmedizinerinnen und Allgemeinmediziner sowie der Internisten rekrutieren kann, um den bestmöglichen Nutzen auch für andere Patientinnen und Patienten mit Lymphödemem zu erreichen.



Dr. Feldhoff

Leiter des Kreisgesundheitsamtes Heinsberg



BRUSTKREBS

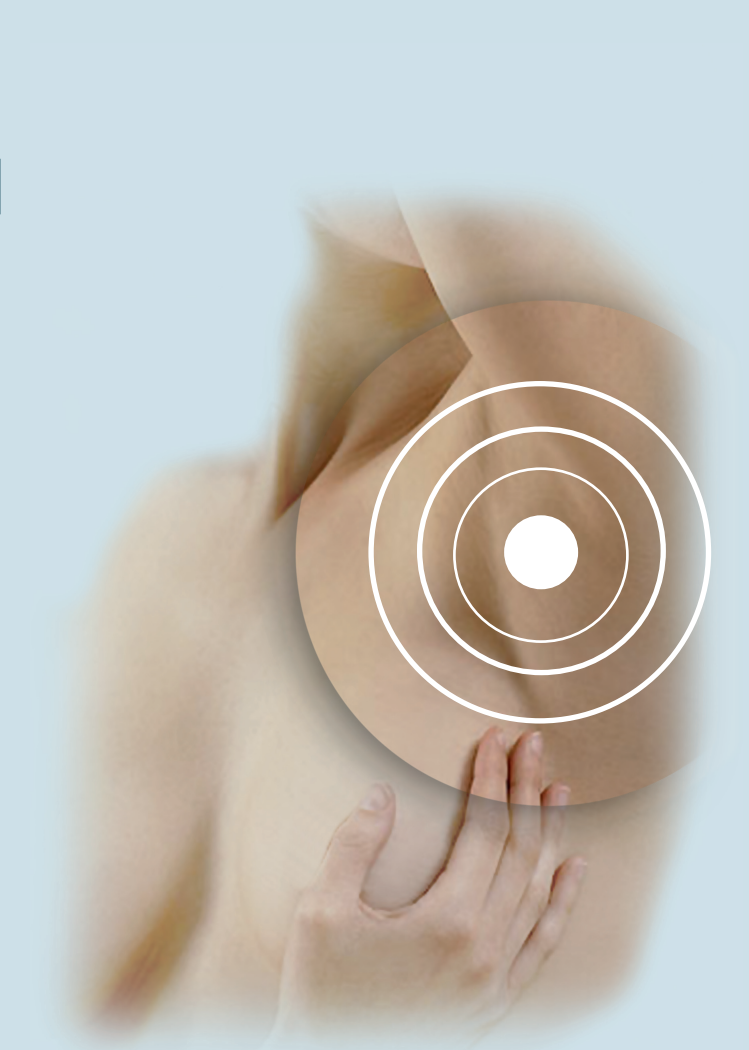
Behandlung

Die modernen Behandlungsmethoden des Brustkrebses folgen dem Prinzip: **So wenig wie möglich und so viel wie nötig.**

Ziel der Behandlung ist es, zunächst den Tumor in der Brust zu entfernen (**Lokaltherapie**). Die eventuell über die Blut- und Lymphbahn verschleppten Tumorzellen werden durch eine im gesamten Körper wirksame Therapie (**Systemtherapie**) abgetötet.

Die Lokaltherapie: kann bei kleinen Tumoren brusterhaltend durchgeführt werden, bei sehr großen oder mehreren verstreut liegenden Tumoren muss die gesamte Brustdrüse (Ablatio mammae) entfernt werden. Wird brusterhaltend operiert, schließt sich eine Bestrahlung der verbliebenen Brustdrüse an.

Die Systemtherapie: zahlreiche Eigenschaften werden am Tumorgewebe untersucht. Daraus erkennt man die Notwendigkeit, ob eine Chemotherapie oder/und Antihormontherapie durchgeführt werden muss. Die Therapie wird dabei immer individuell auf die einzelne Patientin und die speziellen Tumoreigenschaften, die sogenannten Risikofaktoren, abgestimmt.



Wichtigster Risikofaktor ist der Befall der Lymphknoten. Um diese zu untersuchen werden im Rahmen der Operation immer Lymphknoten aus der Achselhöhle entfernt. Besteht in den Voruntersuchungen nicht der Verdacht, dass Lymphknoten befallen sind, werden nur einige dem Tumor nächstgelegene Lymphknoten (sogenannte Wächterlymphknoten) entfernt.

Mögliche Folgen

Durch die Lymphknotenentfernung kann der Abtransport des Gewebewassers (Lymphflüssigkeit) aus dem Arm behindert werden, so dass ein Gewebewasserstau (Lymphödem / Schwellung) des Armes entstehen kann.

Unser Ziel ist es, durch eine möglichst geringe Schädigung der Lymphbahnen und eine vorbeugende Behandlung durch den Physiotherapeuten / Krankengymnasten nach der Operation, der Entstehung des Lymphödems entgegen zu wirken.

Trotz aller Vorsichtsmaßnahmen kann auch mit einigem zeitlichen Abstand zur Operation noch ein Lymphödem auftreten. Daher ist es wichtig, dass Sie auf Frühzeichen achten und einige Verhaltensregeln beherzigen. Informationen hierzu finden Sie in dieser Broschüre.

LYMPHÖDEM

Das Lymphödem ist eine eiweißreiche Flüssigkeitsansammlung im Gewebe. **Sie tritt immer dann auf, wenn Lymphgefäße nicht mehr bedarfsgerecht arbeiten.** Es hängt von verschiedenen Faktoren ab, ob ein Lymphödem nach einer Operation auftreten wird z.B. von

- der Anzahl der Lymphknoten in der Achselhöhle, die sehr unterschiedlich sein kann (Variationsbreite von 8 bis 50 Lymphknoten, Durchschnitt 10 bis 24 Lymphknoten)
- der Größe des operativen Eingriffs
- einer Strahlentherapie (z.B. der Achselhöhle oder der Schlüsselbeingrube)

Therapie des Lymphödems

Das Lymphödem wird in 4 Schritten behandelt:

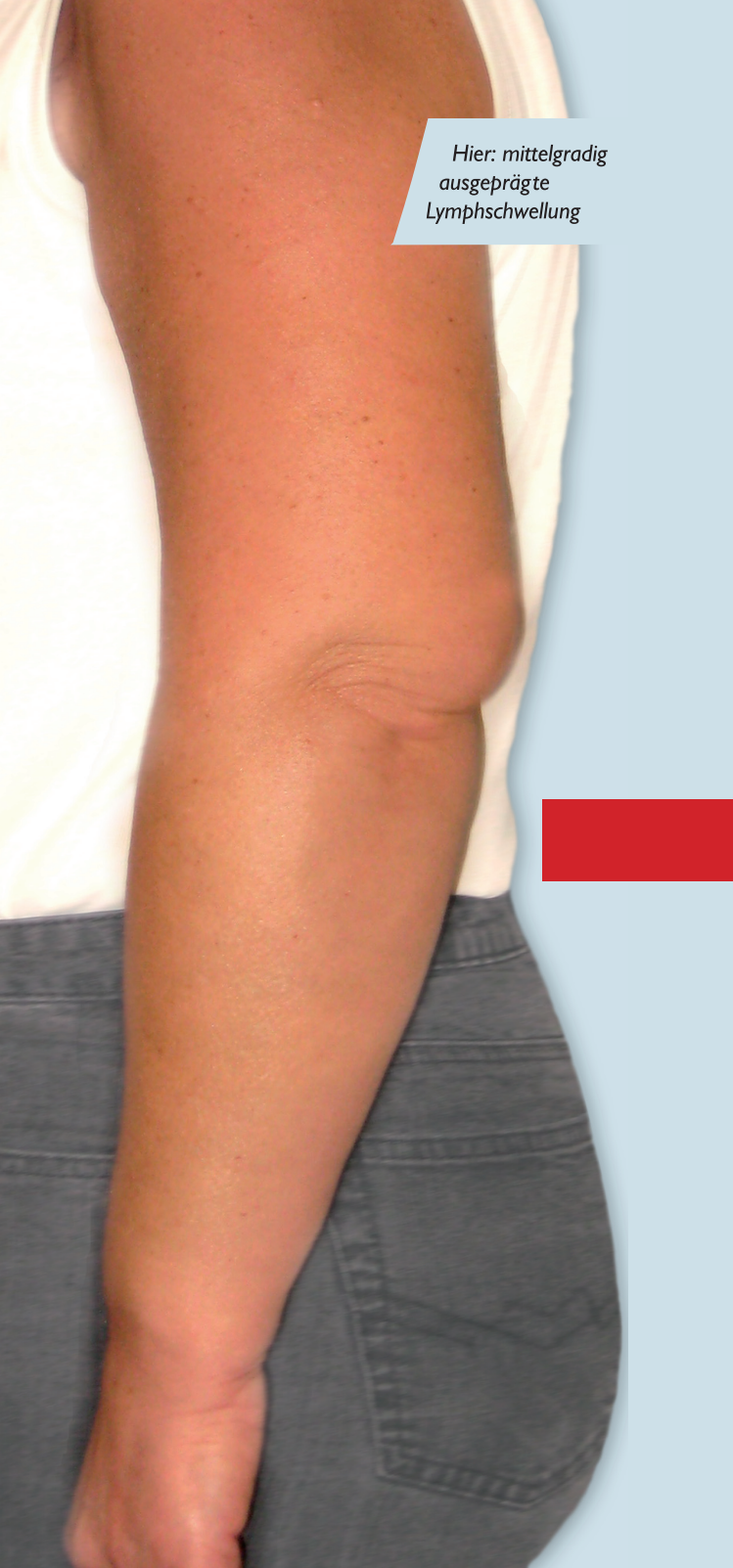
Manuelle Lymphdrainage

Kompressionstherapie

Bewegung in der Kompression

Hautpflege

Je nach dem, ob man eine Schwellung verringern muss (= Entstauungsphase) oder einen Zustand erhalten möchte (= Erhaltungsphase), unterscheidet sich die Häufigkeit der Therapie.



Hier: mittelgradig
ausgeprägte
Lymphschwellung

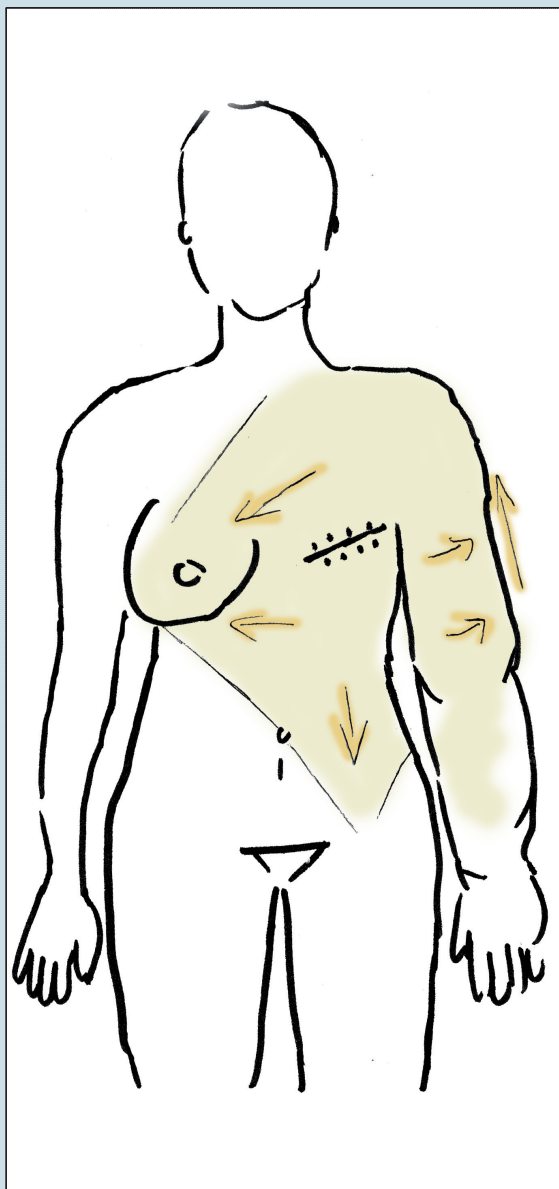
Die Entstauungsphase bei einem Lymphödem zeichnet sich durch die tägliche Behandlung durch die manuellen Lymphdrainage und dem Anlegen spezieller Kompressionsbandagen aus. Die Therapie beginnt immer mit der Behandlung der Schlüsselbeingrube. Dann werden die Lymphknoten im gesunden angrenzenden Bereich (gegenüberliegenden Lymphknoten in der Achselhöhle und gleichseitige Lymphknoten in der Leiste) und die entsprechenden Gebiete am Rumpf vorbehandelt. Sowohl Vorder- als auch Rückseite des Oberkörpers müssen in die Behandlung einbezogen werden. Erst dann wird der Arm drainiert. In der Erhaltungsphase trägt die Patientin einen flachgestrickten Kompressionsstrumpf, der von speziell ausgebildeten Sanitätshäusern angemessen wird.

WARNHINWEISE

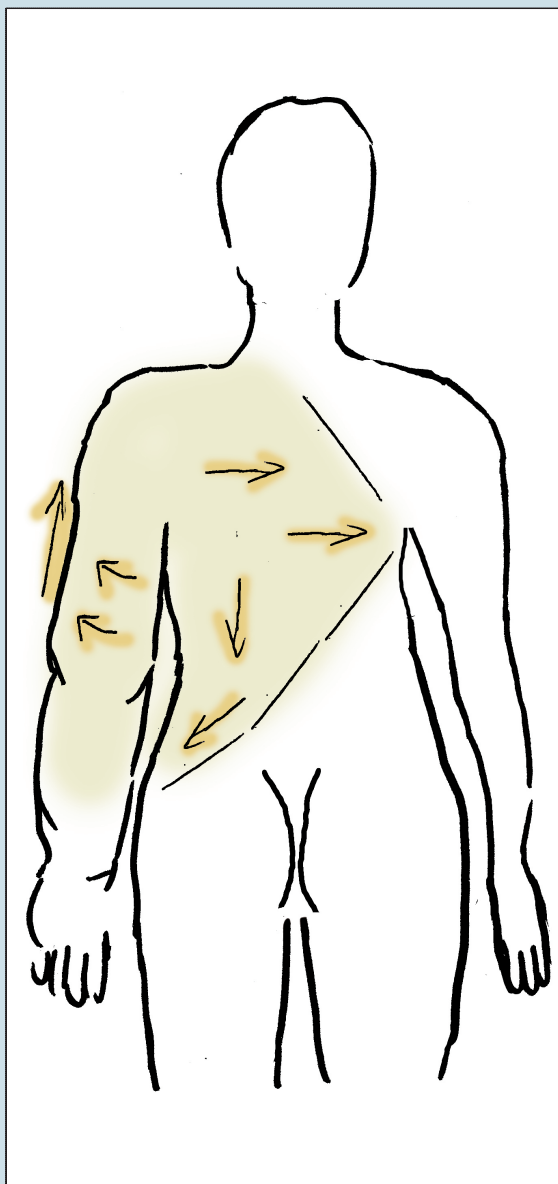
Ein Spannungsgefühl im Arm oder ein einseitiges Engegefühl am Blusenärmel kann ein Hinweis auf ein beginnendes Lymphödem sein. Zu erkennen ist ein bestehendes Ödem daran, dass das Gewebe sich verhärtet und eine Delle bestehen bleibt oder eine Hautfalte, die abgehoben wird, im Vergleich zur Gegenseite verdickt ist.



MANUELLE LYMPHDRAINAGE



Erst durch die intensive Vorarbeit am Rumpf, ist es überhaupt möglich, den Lymphstau im Arm zu beseitigen. Eine alleinige Behandlung des Armes bringt keinen Erfolg.



DIE VERSORGUNG

UNTERSTÜTZUNG AUS DEM SANITÄTSHAUS

Zur Versorgung von Lymphödemen wird ein **Kompressionsstrumpf**, der extra für die Extremität maßangefertigt wird, vom Arzt verordnet. Die Qualität ist festgelegt in den Leitlinien der Gesellschaft deutschsprachiger Lymphologen.

Die sogenannte Flachstrickbestrumpfung erhält durch Zu- oder Abnahme der Maschen seine Form. Der Strumpf passt sich optimal der Extremität an und es kommt zu keinen Einschnürungen. **Während der Be-**



wegung des Armes bietet dieses Material ein Widerlager gegen die arbeitende Muskulatur und vermeidet somit das erneute Auftreten eines Ödems. Wird ein Strumpf aus dem Rundstrickbereich verordnet, kann der entstaute Zustand nicht optimal gehalten werden und es kommt leicht zu Einschnürungen. Diese Strickqualität ist zu leicht bzw. das Material bietet der arbeitenden Muskulatur kein Widerlager. Durch Einschnürungen kann es sogar zur Verschlimmerung des Ödems kommen.

Die Kompressionsklasse, d.h. die Beschaffenheit des Strumpfes hinsichtlich der Druckstärke, muss vom Arzt bestimmt werden. Sie sollte mit dem Therapeuten abgestimmt sein.

Anziehhilfen für den Kompressionsstrumpf können vom Arzt rezeptiert werden.

Nach der Behandlung des Brustkrebses ist unter Umständen eine spezielle BH-Versorgung sinnvoll. Der BH darf weder an den Trägern noch am Leibteil einschnüren. Es gibt spezielle Entlastungs-BHs, die extra breite Träger und einen breiten Abschluss nach unten haben. Benötigt man eine Brustprothese, sollte eine leichte Variante gewählt werden. Dadurch werden Einschnürungen durch den BH-Träger vermieden.



Trotz aller Vorsichtsmaßnahmen kann ein Lymphödem auftreten. Daher ist es wichtig, dass Sie auf Frühzeichen achten und einige Verhaltensregeln beherzigen.

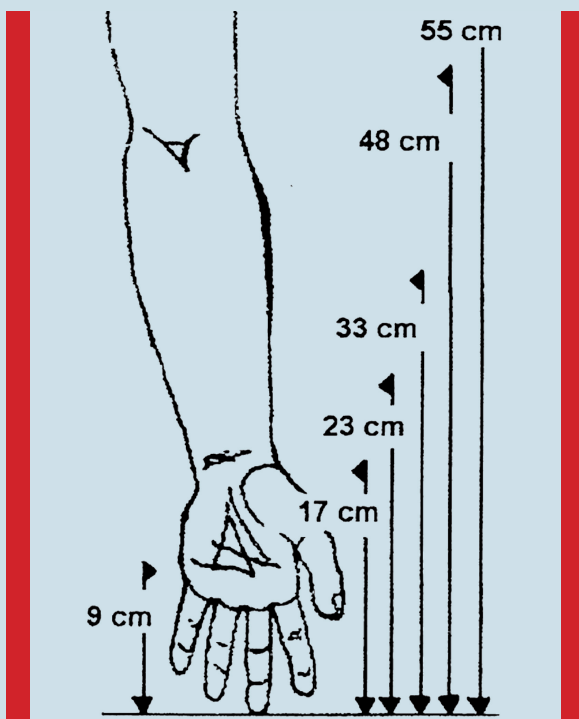
TIPPS ZUR VORBEUGUNG

- **Keine einschnürende Kleidung** tragen
- **Verletzungen** der Haut auf der betroffenen Seite am Arm und Rumpf vermeiden
- Bei Verletzungen **Hautdesinfektionsmittel** verwenden
- Nach Möglichkeit **keine Spritzen und Infusionen** in den betroffenen Arm setzen lassen
- **Sonnenbrand** vermeiden
- **Keine Hitzeanwendungen** (wie z.B. Fangopackungen) oder knetende Massage am Rücken
- **Sollgewicht** halten
- **Sportliche Betätigung** -
Ist ein Lymphödem im Arm vorhanden, sollte während der sportlichen Betätigung der Kompressionsstrumpf getragen werden

KONTROLLE UND DOKUMENTATION

Das Maßblatt wird von ihrem Therapeuten ausgefüllt. Am Ende eines Behandlungsintervalls wird dem behandelnden Frauenarzt ein Bericht / Statusbogen mit den entsprechenden Maßzahlen zugesandt. Zusätzlich zur Verlaufskontrolle ist eine Fotodokumentation wünschenswert.

Eine genaue Verlaufskontrolle ist für die verordnenden Ärzte wichtig, da Krankenkassen bestimmte Dokumentationen zur Rechtfertigung eines neuen Rezeptes anfordern. Außerdem wird der verordnende Arzt regelmäßig über den Erfolg der Therapie informiert.



Einen Vordruck zur Verlaufskontrolle erhält
Ihr Therapeut im Internet.

www.qualitaetszirkel-heinsberg.de



Statusbogen MLD zum Lymphödem nach Mamma-CA

Patientin: (Name, Vorname, Geb.-Datum)

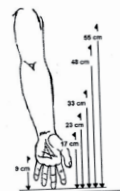
Diagnose: rechts / links

Verordnung vom: Behandlungen vom: bis:

Maßnahmen laut Verordnung: ☐ MLD ☐ KG / ÜB
☐ Kompressionsverband
☐ Pat. trägt Armkompressionsstrumpf

Behandlungsfrequenz: Mal / Woche

Behandlungsdauer / Sitzung: min.



Datum	Vor Therapie		Am Ende der Verordnung	
Messung	re	li	re	li
P1 (9 cm)				
P2 (17 cm)				
P3 (23 cm)				
P4 (33 cm)				
P5 (48 cm)				
P6 (56 cm)				

Ödemkonsistenz: ☐ weich ☐ hart ☐ Dellenbildung möglich ☐ Lymphostatische Fibrose
☐ Hautveränderungen ☐ Schmerzen ☐ Beweglichkeit eingeschränkt

Prognostische Einschätzung: ☐ Ödemzustand kann verbessert werden ☐ Ödemzustand kann gehalten werden
☐ Sekundärschäden können vermieden werden

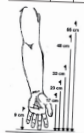
Basisbogen Lymphödem bei Mamma-Ca



Patientin: OP - Datum: Diagnose:

Name:	Tumorklassifikation:	Erstbehandelnde Klinik:	Behandelnder Gynäkologe:	Physiotherapiepraxis:
Vorname:	☐ Axilladiss. ☐ SLN			
Geb.-Datum:	<u>Radiation:</u> ☐ Nein			
Straße:	☐ Reststern ☐ Axilla			
Ost:	☐ Thoraxwand ☐ supraclav.			

Datum	Vor - OP		Post - OP 7. Tag		3 Monate		6 Monate		12 Monate		18 Monate		24 Monate		30 Monate		36 Monate		48 Monate		60 Monate	
Messung	re	li	re	li	re	li	re	li	re	li	re	li	re	li	re	li	re	li	re	li	re	li
P1 (9 cm)																						
P2 (17 cm)																						
P3 (23 cm)																						
P4 (33 cm)																						
P5 (48 cm)																						
P6 (56 cm)																						



MLD erforderlich																						
Behandlungsdauer																						
Behandlungshäufigkeit																						
Wickeln nach Therapie																						
Strumpfverwendung																						
Fotodokumentation																						
Bemerkungen																						

ADRESSEN

Folgende Praxen und Sanitätshäuser arbeiten im Netz- werk Lymphologie

PRAXEN

Physiotherapie am
Hermann-Josef-Krankenhaus
Abteilung Lymphologie
Tenholter Str. 43
41812 **Erkelenz**
Tel.: 02431 / 890

Praxis für Physiotherapie
Frank Hanswillemenke
Aachener Strasse 23 a
41812 **Erkelenz**
Tel.: 02431 / 5349

Praxis für Physiotherapie
Landmesser/ Neukirch
Krefelder Strasse 5
41812 **Erkelenz**
Tel.: 02431 / 980390

Praxis für Physiotherapie
Michael Lederhuber
Brückstrasse 66
41812 **Erkelenz**
Tel.: 02431 / 6345

Praxis für Physiotherapie
Markus Hellmich
Rheinstrasse 40
41836 **Hückelhoven**
Tel.: 02433 / 938784

Praxis für Physiotherapie
Leo Linke
Jacobastrasse 82
41836 **Hückelhoven**
Tel.: 02433 / 980660

Praxis für Physiotherapie
L. Küppers
Hauptstrasse 142
41836 **Hückelhoven**
Te.:02462/ 74418

Praxis für Physiotherapie
Dieter Rahmen
Breite Strasse 124
41836 **Hückelhoven**
Tel.: 02433/ 42614

Praxis für Physiotherapie
Frank Rachfahl
Buscher Strasse 22
41836 **Hückelhoven**
Tel.: 02433/ 60739

Praxis für Physiotherapie
Heike Jansen
Jülicher Strasse 8
41836 **Hückelhoven**
Tel.: 02433/ 84488

Physio Plan Wegberg
In der Dell 20
41844 **Wegberg**
Tel.: 02434/ 7583

Physio Vision
Am Roßtor 1
41849 **Wassenberg**
02432/891400

Praxis für Physiotherapie
Raymond Olislagers
Konrad-Adenauer-Strasse 214
52511 **Geilenkirchen**
Tel.: 02451 / 3533

Praxis für Physiotherapie
Pieter Meuwis
Liecker Strasse 23
52525 **Heinsberg**
Tel.: 02452/ 22425

Praxis für Physiotherapie
Lieber Strasse 22
52525 **Heinsberg**
Tel.: 02452/ 21511

Praxis für Physiotherapie
Zaubrecher
Brauerstrasse 33
52525 **Waldfeucht - Haaren**
Tel.: 02452/ 87374

Physio-Active
Josef-Melchers-Strasse 4
52525 **Heinsberg**
Tel.: 02452/ 87894

Praxis für Physiotherapie
Petra Steffens
Schaffhausener Strasse 11
52525 **Heinsberg**

Praxis für Physiotherapie Voßenkaul
Grebbeener Strasse 22
52525 **Heinsberg**
Tel.: 02452/ 63209

PhysioBalance
Im Mühlenhof 17
52531 **Übach-Palenberg**
Tel.: 02451 / 45648

Praxis für Physiotherapie
Schmelzer
Aachener Str. 53-55
52531 **Übach-Palenberg**
Tel.: 02451 / 45717

Praxis für Physiotherapie
Beiten und Heinen
Altenburgstrasse 1a
52538 **Gangelt**
Tel.: 02454/ 4098

SANITÄTS- HÄUSER

Sanitätshaus Jansen
Burgstrasse 9-11
41812 **Erkelenz**
Tel.: 02431 / 96050

Sanitätshaus Willecken
52525 **Heinsberg**
Hochstr. 111
Tel.: 02452/22813

Sanitätshaus Dreschers
Konrad Adenauer Str 142
52511 **Geilenkirchen**
Tel.: 0171-6148569

Sanitätshaus Keusch,
Jülicher Str 69
52531 **Übach-Palenberg**
02451 / 43318

Sanitätshaus Penners
Sittarder Straßs 28
52528 **Gangelt**
Tel.: 02454 / 1800

VERANTWORTLICHE

Dr. Jürgen Legewie

Frauenarzt, Ärztlicher Koordinator
Qualitätszirkel, Netzwerk Lymphologie

Anne Stassen

Lymphtherapeutin im Hermann-Josef-Krankenhaus
Erkelenz, Fachlehrerin für Lymphologie

