

10

ting jeg vil familie og venner skal vite om lymfødem

01

HVA ER LYMFØDEM?

En livslang, kronisk og uhelbredelig sykdom, som medfører hevelse i armer eller ben og kan påvirke hode, nakke og overkropp.

02

HVORDAN FÅR MAN LYMFØDEM?

De fleste som får lymfødem, får det etter kreftbehandling eller operasjoner som ikke er knyttet til kreft (sekundært lymfødem), men noen blir født med det, eller utvikler det senere i livet (primært lymfødem).

03

ER LYMFØDEM SMERTEFULLT?

Lymfødem kan være ekstremt smertefullt. I tillegg til hevelse ved lymfødem kan noen også ha kroniske smerter i det rammede området. Denne smerten kan være både kraftig og svekkende.

04

HVORDAN BEHANDLES LYMFØDEM?

Behandling av lymfødem krever ofte bandasjering, kompresjonsplagg og lymfedrenasje ved massasje. Kirurgiske inngrep er under utvikling, men de er ikke helbredende – de hjelper noen personer ved å forbedre tilstanden deres.

05

ER DET DYRT Å BEHANDLE LYMFØDEM?

Selv om man i Norge kun betaler egenandel hos fysioterapeuter med tilskudd fra kommunene, har ikke alle fysioterapeuter dette, og pasienten må dermed betale all behandling selv. Er man diagnostisert med lymfødem får man dekket kompresjonsutstyr og hjelpemidler man kan bruke hjemme. Andre utgifter kan i tillegg også være hudpleieprodukter og spesielsko.

06

HVILKE LIVSSTILSENDRINGER MÅ TIL?

Personer med lymfødem må tilpasse aktivitetene sine. For eksempel må de unngå badestamper og badstuer, og gjøre mindre ute i sommervarmen. Enkelte personer med

lymfødem kan ikke lenger jobbe eller kjøre bil.

07

HVORDAN HÅNDBTERES LYMFØDEM?

Lymfødem krever livslang behandling og påpasselig egenbehandling. Jo tidligere man får diagnostisert lymfødem, desto bedre kan det behandles – men mange leger forstår ikke denne sykdommen eller gjenkjenner den ikke tidlig nok. Mennesker med kronisk hevelse må gå til en lege med ekspertise innen lymfødem og/eller en fysioterapeut med lymfødem som spesialisering.

08

HVOR ALVORLIG ER LYMFØDEM?

Lymfødem er en forstyrrelse i lymfesystemet, som er et viktig kroppssystem som bidrar med å rense kroppen for gift- og avfallsstoffer. Hvis lymfesystemet ikke virker, samler det seg opp en proteinrik væske. Kutt, skrubbsår og insektbitt kan fort bli infisert og kreve akutt behandling. Komplikasjoner fra lymfødem, f.eks. infeksjoner eller cellulitt, resulterer ofte i lange sykehusopphold

09

TAR BEHANDLINGEN AV LYMFØDEM MYE TID?

Behandling av lymfødem krever mye fysioterapi og ofte en god del selvbehandling. Flere har i tillegg omfattende hudpleie, og bruker mye tid på kompresjonsutstyr og pulsator. Lymfødem er en kronisk tilstand som stjeler mye av hverdagen.

10

LITT STATISTIKK TIL SLUTT

Flere hundre millioner verden over, lider av lymfødem og lymfatiske sykdommer. Flere personer i USA lider av disse sykdommene enn av multipel sklerose, muskeldystrofi, ALS, Parkinsons sykdom og AIDS til sammen. (kilde: Lymphatic Education & Resource Network [<https://lymphaticnetwork.org/>]). I Norge er det store mørketall rundt lymfødem da diagnosen er relativt ukjent for mange fastleger.

Har du noe du lurer på i forbindelse med lymfødem, ta kontakt med NLLF: Norsk lymfødem- og lipødemforbund.

www.nllf.no



Norsk lymfødem-
og lipødemforbund

www.nllf.no