

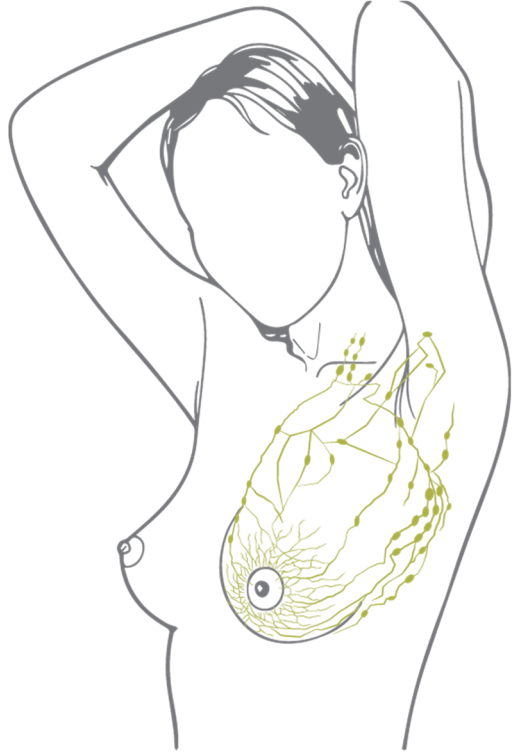


o linfedema do braço após cirurgia da mama

medicina física e de reabilitação

linfedema do membro superior

É o aumento de volume (tumefação) do membro superior, decorrente da alteração ou obstrução na circulação linfática, que provoca a acumulação de fluido linfático (líquido rico em proteínas).



Linfedema do braço é mais comum após tratamento cirúrgico do cancro da mama.

Fatores de risco: tipo de cirurgia, obesidade, terapias adjuvantes (radioterapia, quimioterapia) e níveis baixos de atividade física.



centro hospitalar de
trás-os-montes e alto douro

avenida noruega
lordelo
5000 508 vila real

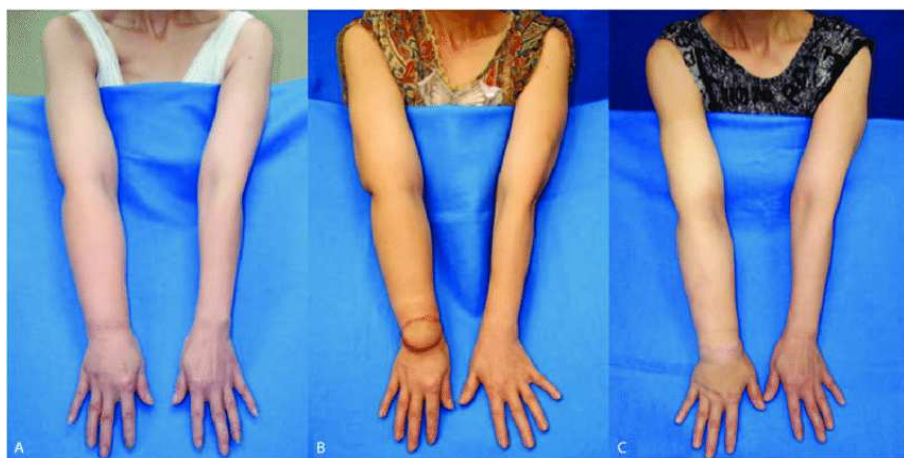
www.chtmad.com
admin@chtmad.min-saude.pt

tel. 259 300 500
fax 259 300 503

PANF.CHTMAD.nº144.00 | 22.04.2020

Sintomas

- » Sensação de peso e aumento de volume na área afetada.
- » Alteração da textura da pele, como endurecimento e vermelhidão.
- » Dor, formiguelo ou outro desconforto no membro superior.
- » Diminuição dos movimentos nas articulações: mãos e punhos.
- » Sentir que a roupa parece apertada sem qualquer ganho de peso, assim como anéis, relógios ou pulseiras.



tratamento fisiátrico

1 - Drenagem linfática manual

Modalidade de massagem manual especializada que consiste na mobilização suave e superficial, efetuada na direção do fluxo linfático.

2 - Mangas multicamadas



Aplicação de ligaduras com baixa elasticidade, em camadas sobrepostas sobre um elemento de proteção da pele.

3 - Mangas elásticas



Exercem uma pressão constante, mesmo em repouso. A sua aplicação, pelo seu efeito preventivo do agravamento, está indicada na fase de manutenção do edema. Devem ser substituídas de 6/6 meses ou quando perderem a sua elasticidade.

4 - Pressoterapia

Consiste num sistema de ar comprimido, que utiliza pressões variáveis, com uma ou várias câmaras pneumáticas dispostas ao longo do membro e que, quando são ativadas, favorecem a drenagem do edema.



5 - Tratamento farmacológico

O tratamento farmacológico será o prescrito pelo seu médico assistente.

6 - Tratamento cirúrgico

Constitui uma alternativa terapêutica em doentes que não melhoram com o tratamento conservador.

prevenção do linfedema

Recomendações

- » Praticar exercício físico/automobilização do membro superior.
- » Evitar vestuário apertado.
- » Evitar utilizar joias/acessórios no braço afetado.
- » Andar com a carteira ou qualquer outra bagagem na outra mão.
- » Evitar qualquer tipo de ferida ou corte na axila, no braço ou na mão.
- » Tirar sangue, levar injeções e medir a tensão arterial no membro não afetado.
- » Usar luvas para proteger as mãos, sempre que jardinar e quando manipular agentes mais agressivos.
- » Evitar quaisquer queimaduras, mesmo as provocadas pelo sol, no membro afetado.
- » Manter/atingir peso ideal.
- » Ingestão adequada de água.
- » Manter a pele limpa, seca e aplicar diariamente um creme hidratante.

Sinais de alarme

- Vermelhidão, dor ou aumento da temperatura do membro afetado.
- Febre há mais de 2 dias.
- Agravamento do edema.
- Perda de compressão dos meios de contenção.