

# 上下肢淋巴水腫復健

## ■ 簡介

乳癌、婦癌及前列腺癌患者等接受腫瘤合併淋巴結手術切除後，因淋巴結切除或是放射線治療引起組織纖維化、肢體感染、慢性發炎等，導致淋巴回流通道出現問題，淋巴液無法順利流至血液循環，造成過多的蛋白質與液體堆積，就會出現肢體肢淋巴水腫(Lymphedema)。淋巴水腫會導致生理不適，嚴重水腫甚至會導致疼痛、限制下肢的活動度，進而影響日常生活。

## ■ 淋巴水腫分三期

- 第一期：觸壓皮膚時，會有明顯的凹窩(Pitting edema)，通常把雙腳抬高一段時間後，可改善此情況
- 第二期：觸壓皮膚時，已不會出現明顯凹窩，皮下組織因纖維化而變得硬且厚，抬高肢體已無法消腫
- 第三期：肢體皮膚已變得很硬且很厚，會出現一些角化突起物，肢體大小明顯增大，外觀如象腿般一樣，並出現厚的皺摺。

## ■ 淋巴水腫的治療

職能治療針對淋巴水腫問題，提供彈性繃帶治療或肌內效貼布將遠端累積的淋巴液往近端回推、教導治療性運動改善下肢淋巴水腫，並促進日常生活功能恢復。



本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮

## ■ 您有以下症狀時，請諮詢復健科醫師：

- 不對稱的上下肢、下腹部或生殖器官水腫，抬高雙腳休息後無明顯改善。
- 上下肢皮膚有明顯發熱、發紅或異常腫脹疼痛，以及皮膚異常增生變厚及硬時，請立即尋求醫師協助。

諮詢電話：(02)2737-2181 分機 1240#25

制訂單位 / 日期：復健醫學部職能治療組/1140415

F-4200-CA-009

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮