

MGR EWA SIEKLUCKA, MGR GRZEGORZ LEMIESZ

# KOMPLEKSOWA TERAPIA PRZECIWOBRZĘKOWA – REDUKCJA OBRZĘKU OPIS PRZYPADKU

Ostatnio obserwuje się pozytywny kierunek propagowania, dostępności i rozwoju leczenia pacjentów z zaburzeniami funkcjonowania układu limfatycznego w Polsce. Przykładem jest otwarty niedawno Oddział Leczenia Obrzęku Limfatycznego w Ustrońskim Centrum Rehabilitacji Onkologicznej i Limfologii [1]. Niniejsza publikacja włącza się w ten trend.

Celem pracy była analiza skuteczności działania zaproponowanej przez autorów, możliwej do przeprowadzenia w warunkach ambulatoryjnych, terapii przeciwobrzękowej: manualnego drenażu limfatycznego, bandażowania drenującego, metody *kinesiology taping*, kinezyterapii oraz edukacji pacjentki z obrzękami limfatycznymi podudzi stopnia II wg klasyfikacji Brunnera [2].

#### MATERIAŁ

Opis dotyczy emerytowanej nauczycielki w wieku 64 lat. W wywiadzie dwa urazy prawej kończyny dolnej: uraz palucha oraz uraz zmiążdżeniowy stopy prawej ok. 25 lat temu. Kończyna prawa wykazuje również dolegliwości bólowe ze strony prawego stawu kolanowego oraz stawów skokowych. Pacjentka zauważyła wzrost natężenia dolegliwości po wystąpieniu menopauzy.

#### METODY

Terapia przeciwobrzękowa obejmowała:

**1 kinezyterapię** – ćwiczenia czynne za pomocą dużej piłki gimnastycznej umożliwiające elewację kończyn dolnych (zdj. 1); zajęcia z fizjoterapeutą odbywały się raz w tygodniu, dalsze usprawnianie przebiegało wg instruktażu w warunkach domowych;

**2 ręczny drenaż limfatyczny** – obejmujący wg metodyki [3] całe kończyny dolne ze szczególnym uwzględnieniem okolic stawów skokowych (zdj. 2);

**3 metodę *kinesiology taping*** – aplikacje limfatyczne na poziomie obu podudzi były wykonywane w trakcie każdej wizyty i utrzymywane przez 3–5 dni (technika limfatyczna z napięciem taśmy maks. 15%) [4] (zdj. 3);

**4 bandażowanie przeciwobrzękowe** – sięgające okolic stawów kolanowych; pacjentka utrzymywała bandażowanie do momentu snu w dniu zaopatrzenia (zdj. 4).

Podczas dwóch pierwszych terapii metoda *kinesiology taping* i bandażowanie przeciwobrzękowe obejmowały okolice obu podudzi oraz uda prawego ze względu na rozległość obrzęku (zdj. 4). Pacjentka zakupiła

pończochy uciskowe II° kompresji sięgające podudzi oraz stosowała się do zaleceń 18 kroków zapobiegania obrzękowi limfatycznemu kończyn dolnych zaproponowanych przez Zespół Fizjoterapeutów Działu Rehabilitacji Dolnośląskiego Centrum Onkologii we Wrocławiu [5]. Pomiary obwodów przedstawione w publikacji były przez

nią dokonywane samodzielnie po uprzednim instruktażu. Podczas pierwszej wizyty ramy czasowe (60 min) pozwoliły terapeutom jedynie na przeprowadzenie wywiadu oraz terapii prawej kończyny dolnej. W trakcie następnych spotkań obie kończyny poddawane były działaniu terapeutycznemu z naciśkiem na prawą kończynę dolną.



Zdj. 1. Ćwiczenie naprzemiennego zgięcia grzbietowego i podeszwowego stopy w elewacji



Zdj. 2. Manualny drenaż limfatyczny lewej kończyny dolnej



Zdj. 3. Metoda *kinesiology taping* – aplikacje limfatyczne



Zdj. 4. Bandażowanie przeciwobrzękowe [6]

Tab. 1. Pomiary obwodów kończyn dolnych o różnych porach dnia w zaokrągleniu do 0,5 cm

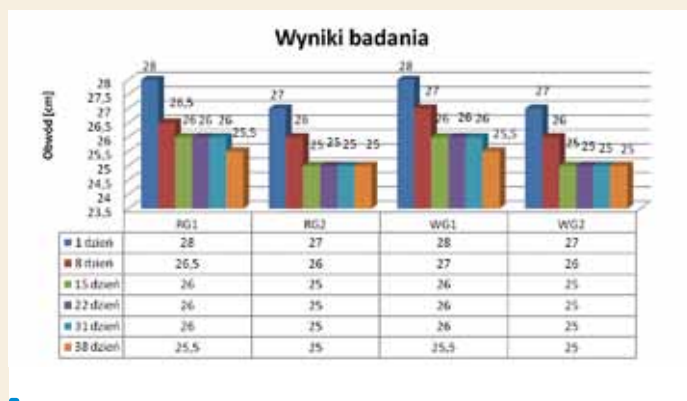
| Dzień | Kończyna dolna lewa G2 28 cm |    |         |      | Kończyna dolna prawa G2 31 cm |      |         |      |
|-------|------------------------------|----|---------|------|-------------------------------|------|---------|------|
|       | Rano                         |    | Wieczór |      | Rano                          |      | Wieczór |      |
|       | G1                           | G2 | G1      | G2   | G1                            | G2   | G1      | G2   |
| 1*    | 28                           | 27 | 28      | 27   | 31                            | 29   | 30      | 28   |
| 2     | 27                           | 26 | 27      | 27   | 29                            | 27,5 | 29      | 28   |
| 3P    | 26,5                         | 26 | 27      | 26   | 29                            | 27,5 | 29      | 27,5 |
| 4     | 26,5                         | 26 | 27      | 26   | 29                            | 27,5 | 29      | 27,5 |
| 5     | 26,5                         | 26 | 27      | 26   | 29                            | 27,5 | 29      | 27,5 |
| 6     | 26,5                         | 26 | 27      | 26   | 29                            | 27,5 | 29      | 27,5 |
| 7     | 26,5                         | 26 | 27      | 26   | 29                            | 27,5 | 29      | 27,5 |
| 8*    | 26,5                         | 26 | 27      | 26   | 29                            | 27,5 | 29      | 27,5 |
| 9     | 26,5                         | 26 | 27      | 26   | 29                            | 27,5 | 29      | 27,5 |
| 10    | 26,5                         | 26 | 27      | 26   | 29                            | 27,5 | 29      | 27,5 |
| 11    | 26,5                         | 26 | 27      | 26   | 29                            | 27,5 | 29      | 27,5 |
| 12    | 26                           | 26 | 27      | 25,5 | 28,5                          | 27,5 | 28,5    | 27,5 |
| 13    | 26                           | 26 | 26,5    | 25,5 | 28,5                          | 27,5 | 28,5    | 27,5 |
| 14    | 26                           | 26 | 26,5    | 25,5 | 28,5                          | 27,5 | 28,5    | 27,5 |
| 15*   | 26                           | 25 | 26      | 25   | 28,5                          | 27   | 28,5    | 27,5 |
| 17    | 26                           | 25 | 26      | 25   | 28,5                          | 27   | 28,5    | 27,5 |
| 18    | 26                           | 25 | 26      | 25   | 28,5                          | 27   | 28,5    | 27,5 |
| 19    | 26                           | 25 | 26      | 25   | 28,5                          | 27   | 28      | 27   |
| 20    | 26                           | 25 | 26      | 25   | 28                            | 27   | 28      | 27   |
| 21    | 26                           | 25 | 26      | 25   | 27,5                          | 27   | 28      | 27   |
| 22*   | 26                           | 25 | 26      | 25   | 27,5                          | 27   | 27,5    | 27   |
| 23    | 26                           | 25 | 26      | 25   | 27,5                          | 27   | 27,5    | 27   |
| 24    | 26                           | 25 | 26      | 25   | 27,5                          | 27   | 27,5    | 27   |
| 25    | 26                           | 25 | 26      | 25   | 27,5                          | 27   | 27,5    | 27   |
| 26    | 26                           | 25 | 26      | 25   | 27,5                          | 27   | 27,5    | 27   |
| 27    | 26                           | 25 | 26      | 25   | 27,5                          | 27   | 27,5    | 27   |
| 28    | 26                           | 25 | 26      | 25   | 27,5                          | 27   | 27,5    | 27   |
| 29    | 26                           | 25 | 26      | 25   | 27,5                          | 27   | 27,5    | 27   |
| 30    | 26                           | 25 | 26      | 25   | 27,5                          | 27   | 27,5    | 27   |
| 31*   | 26                           | 25 | 26      | 25   | 27,5                          | 27   | 27      | 27   |
| 32    | 25,5                         | 25 | 25,5    | 25   | 27,5                          | 26,5 | 26,5    | 27   |
| 33    | 25,5                         | 25 | 25,5    | 25   | 27,5                          | 26   | 27      | 26,5 |
| 34    | 25,5                         | 25 | 25,5    | 25   | 27,5                          | 26   | 27      | 26,5 |
| 35    | 25,5                         | 25 | 25,5    | 25   | 27,5                          | 26   | 27      | 26   |
| 36    | 25,5                         | 25 | 25,5    | 25   | 27,5                          | 26   | 27      | 26   |
| 37    | 25,5                         | 25 | 25,5    | 25   | 27                            | 26   | 27      | 26   |
| 38*   | 25,5                         | 25 | 25,5    | 25   | 27                            | 26   | 27      | 26   |
| 39    | 25,5                         | 25 | 25,5    | 25   | 26,5                          | 26   | 27      | 26   |
| 40    | 25,5                         | 25 | 25,5    | 25   | 26,5                          | 26   | 26,5    | 26   |
| 41    | 25,5                         | 25 | 25,5    | 25   | 26,5                          | 26   | 26,5    | 26   |
| 42    | 25,5                         | 25 | 25,5    | 25   | 26,5                          | 26   | 26,5    | 26   |

G1 – Obwód goleniowy pierwszy. Obwód podudzia w najgrubszym miejscu. Po znalezieniu obwodu należy zaznaczyć jego odległość od podstawy rzepki, przy badaniu obwodu na drugiej kończynie należy najpierw przenieść na nią zaznaczoną odległość, a dopiero potem dokonać pomiaru [7].

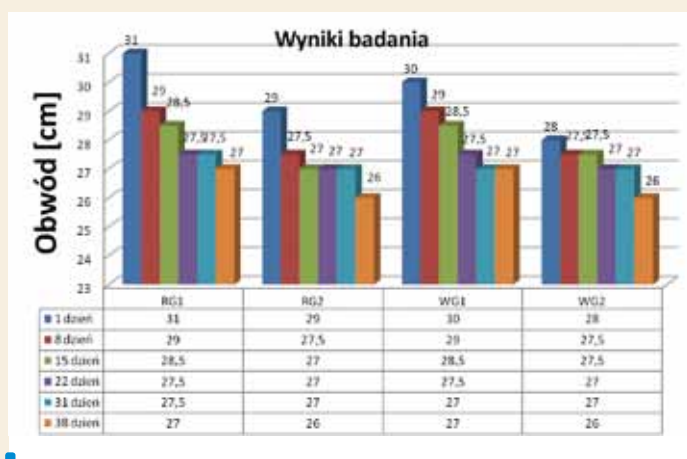
G2 – Obwód goleniowy drugi. Obwód stawu skokowo-goleniowego. Pomiar tuż ponad kostkami goleni [7].

\* – Oznacza dni, w których pacjentka poddawana była manualnemu drenażowi limfatycznemu połączonemu z bandażowaniem.

P – Oznacza dzień zakupu przez pacjentkę dopasowanych (na wymiar) pończoch uciskowych o II° ucisku.



Rys. 1. Wykaz zmian obwodów G1 i G2 kończyny dolnej lewej rano (R) i wieczorem (W) w określonych dniach terapii



Rys. 2. Wykaz zmian obwodów G1 i G2 kończyny dolnej prawej rano (R) i wieczorem (W) w określonych dniach terapii

## ANALIZA

W lewej kończynie dolnej wartości zmieniły się kolejno: rano obwód goleniowy pierwszy – (28/25,50 cm), wieczorem obwód goleniowy pierwszy (28/25,50 cm) i rano obwód goleniowy drugi (27/25 cm), wieczorem obwód goleniowy drugi (27/25 cm). Objętość największego obwodu goleniowego pierwszego rano, jak i wieczorem

w trakcie 42-dniowej terapii zmniejszyła się o 2,5 cm, a objętość nadkostkowego obwodu stawu – o 2 cm.

W prawej kończynie dolnej wartości zmieniły się kolejno: rano obwód goleniowy pierwszy (31/26,5 cm), wieczorem obwód goleniowy pierwszy (30/26,5 cm) i rano obwód goleniowy drugi (29/26 cm), wieczorem obwód goleniowy drugi (28/26 cm).

Objętość największego obwodu goleniowego pierwszego rano w trakcie 42-dniowej terapii zmniejszyła się o 4,5 cm, a wieczorem – o 3,5 cm, natomiast objętość nadkostkowego obwodu stawu skokowego rano – o 3 cm, a wieczorem – o 2 cm.

## DYSKUSJA

W wywiadzie dolegliwości bólowe wcześniej odczuwane przez pacjentkę zmniejszyły się z 4 do 0 pkt w wizualnej skali analogowej (*Visual Analogue Scale – VAS*) po 42 dniach terapii. Znacznie poprawił się również wizualny stan tkanek oraz mobilność kończyny. Odnotowano spadek masy całkowitej ciała o 4 kg bez zauważalnej zmiany obwodów tułowia. Zagadnienia te nie były obiektami badań. Według autorów stanowią zachętę do dalszego zgłębiania opisywanego tematu.

## WNIOSKI

Kuracja przeciwobrzękowa proponowana przez autorów trwająca 42 dni przyniosła zauważalne pozytywne efekty terapeutyczne. Podkreślić trzeba konieczność dalszej kinezyterapii, automasażu oraz stosowania terapii uciskowej w warunkach domowych pacjentki w celu podtrzymania korzystnych wyników leczenia.

### mgr EWA SIEKLUCKA

Oddział Urazowo-Ortopedyczny, Oddział Intensywnej Opieki Medycznej, Specjalistyczny Szpital Miejski im. Mikołaja Kopernika w Toruniu  
ORTUS MED Prywatne Centrum Ortopedii i Rehabilitacji w TORUNIU

### mgr GRZEGORZ LEMIESZ

Centrum Rehabilitacji Holistycznej w Olsztynie,  
Gabinet Rehabilitacji Holistycznej w Augustowie,  
Rehabilitant Reprezentacji Polski Mężczyzn w Rugby 15

## BIBLIOGRAFIA:

- www.centrumflebologii.pl/images/pdf/obrzek-limfatyczny.pdf.
- Szmidt J., Kużdżała J. *Podstawy chirurgii: podręcznik dla lekarzy specjalizujących się w chirurgii ogólnej*. Tom 2. Wyd. 2. Medycyna Praktyczna, Kraków 2010.
- Doś J. *Manualny drenaż limfatyczny. Kompleksowa terapia przeciwobrzękowa*. Materiały z kursu. Poznań 2011.
- Hałas I. *Kinesiology Taping. Skrypt do Kursu Podstawowego*. Materiały z kursu. Bydgoszcz 2011.
- www.dco.com.pl/files/poradniki/obkosci/konczyny\_dolne.pdf.
- www.opiekawdomu.info/chory-w-domu/trudne-dolegliwosci/obrzek-limfatyczny-profilaktyka-i-leczenie.
- Zembaty A. *Kinezyterapia. Zarys podstaw teoretycznych i diagnostyka kinezyterapii*. Tom 1. Wyd. 1. Wydawnictwo Kasper, Kraków 2002.