



# LE LYMPHŒDÈME

## Comprendre & agir

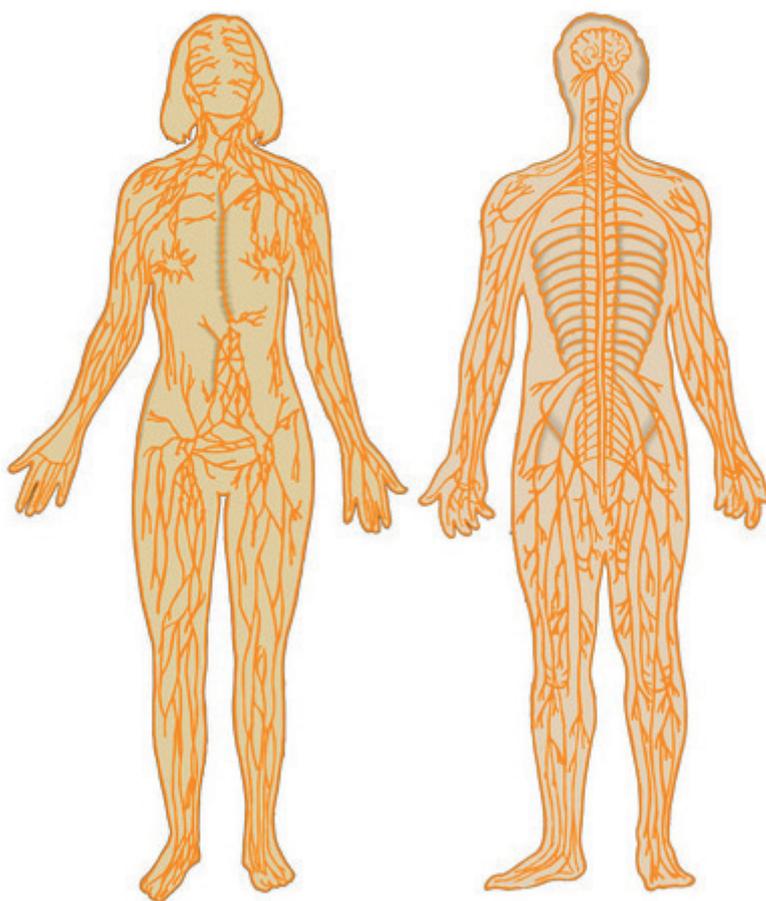
### FICHE D'INFORMATION

**Le traitement du cancer nécessite parfois d'enlever des ganglions (dans l'aisselle ou dans le pli inguinal) et/ou de suivre des séances de radiothérapie. Ces différents traitements fragilisent la circulation lymphatique du sein, du membre supérieur ou inférieur, et un lymphœdème peut survenir.**

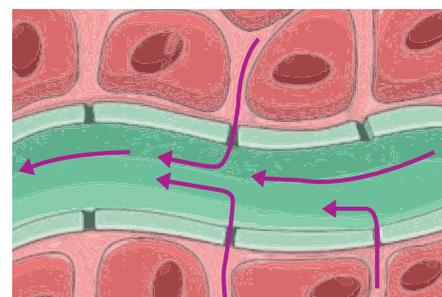
#### QUE SE PASSE-T-IL ?

Normalement, la lymphe circule dans un réseau de petits vaisseaux qui relie entre eux les ganglions lymphatiques. La lymphe (liquide clair chargé de grosses molécules) s'écoule à travers ce réseau jusqu'à aller se déverser finalement dans la circulation sanguine.

En cas d'obstacle ou d'interruption sur le trajet des vaisseaux lymphatiques, la lymphe ne peut plus s'écouler normalement. Cependant, une compensation spontanée peut s'effectuer le plus souvent grâce à un jeu de suppléance circulatoire et d'augmentation du débit des vaisseaux restants.

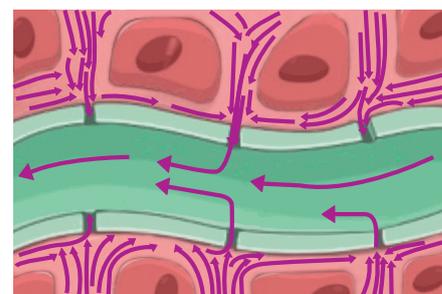


Système lymphatique du corps humain



tissu cellulaire    vaisseau lymphatique    lymphe

En cas de saturation du réseau lymphatique, la lymphe qui ne peut plus être véhiculée par les vaisseaux, s'installe dans les tissus avoisinants ce qui se traduit par une augmentation de volume du membre avec tension de la peau et sensation de lourdeur.



## QUAND RÉAGIR ?

Des l'apparition des premiers signes cliniques, consultez votre médecin traitant. Plus la prise en charge est précoce, plus il sera possible de contrôler l'évolution, de stabiliser et d'éviter les complications.

## QU'EST CE QUE LE LYMPHOEDÈME ?

Le lymphoedème se caractérise par une différence périmétrique de 2 cm à un niveau au moins, du bras ou de l'avant-bras par rapport au côté opposé. Les études récentes sont en faveur d'un diagnostic et d'un traitement précoces.

### Incidence

- **Fréquence** : 15 à 20% après curage axillaire
- **Délai d'apparition variable** : quelques semaines voir plusieurs années après. (médiane survenue : 2 ans)
- **Circonstances** :
  - post-traumatique (contusion, fracture, ...)
  - post-chirurgie et/ou post-radiothérapie
  - infection (plaie surinfectée, ...)

### Topographie

- Au niveau **proximal** et/ou au niveau du coude
- Au niveau de la main
- Au niveau de la paroi thoracique et/ou le sein

### Symptômes

Le symptôme le plus fréquent est l'impression de lourdeur, de pesanteur. La douleur n'est pas habituelle, elle doit faire rechercher :

- Une thrombose veineuse profonde
- Une récurrence axillaire
- Une pathologie ostéo-articulaire
- Une neuropathie (intercosto-brachiale, toxicité chimiothérapie)

### • Complications

Infections (type Erysipèle, lymphangite) qui imposent l'arrêt temporaire du drainage manuel et une antibiothérapie adaptée.

## QUEL EST LE TRAITEMENT ?

Il est essentiellement physique par l'association de :

- séances de Drainage Lymphatique Manuel (DLM) ;
- mise en place de bandages multicouches ;
- port d'une compression adaptée à votre cas (manchon ou bas) et exercices physiques adaptés;
- mesures hygiéno-diététiques

Les modalités du traitement doivent être personnalisées en fonction de chaque lymphoedème et des besoins individuels des patients.

Il est fondamental qu'une collaboration étroite s'instaure entre le patient, le médecin, le kinésithérapeute (qui doit avoir suivi une formation spécifique en DLM et bandage) et l'orthopédiste, et ce, tout au long de cette prise en charge.

### Le traitement se déroule en deux phases :

**1. Une phase intensive de réduction de volume** durant laquelle seront réalisées des séances quotidiennes de DLM suivies de la pose de bandages multi-couches accompagnés d'exercices musculaires. Ce traitement intensif pourra être répété plusieurs fois par an selon les cas.

**2. Une phase d'entretien**, consistant à poursuivre les séances de DLM de façon plus espacée et à porter une compression définitive adaptée. Elle comporte aussi l'apprentissage des auto-massages et des auto-bandages si nécessaire.

## CONSEILS HYGIÈNE DE VIE

- Hydrater la peau
- En cas de plaie (même petite) veiller à la laver, et à la désinfecter. Consulter un médecin traitant en vue de la prescription éventuelle d'une antibiothérapie
- Surveiller l'apparition de mycose, en particulier au niveau des orteils. La traiter rapidement.
- Pratiquer une activité physique (optez pour une activité qui vous plaise et que vous pratiquerez régulièrement).
- Éviter les prises de sang, les prises de tension artérielle, les injections sur le membre qui présente un lymphoedème.
- Éviter la prise de poids, en recherchant un équilibre entre les apports nutritionnels et la dépense physique.
- Prévenir la survenue de brûlure ou de toute autre plaie

**Ces précautions et ces conseils sont à appliquer tout au long de votre vie.**

**Les kinésithérapeutes du service Soins de support & accompagnement sont à votre disposition pour répondre à vos questions.**

**Contact : 03 68 76 72 20**

**Diagnostic / Prescriptions / Suivi** ➔ Médecin (séances de kinésithérapie, antibiothérapie, manchon, bandage)

**Traitement** ➔ Kinésithérapeute, diététiciennes

**Manchon de compression** ➔ Orthopédiste

### **CONSENTEMENT** (En deux exemplaires dont un remis au patient et l'autre conservé dans le dossier)

Ce document constitue une notice explicative du traitement du lymphoedème que vous devez suivre. Ils ne constituent pas une décharge de responsabilité de l'équipe médicale qui vous prend en charge et qui vous a commenté ces informations générales en les rapportant à votre situation particulière.

- Je reconnais que le traitement du lymphoedème m'a été expliqué dans des termes que j'ai compris, et qu'il a été répondu de façon satisfaisante à toutes les questions que j'ai posées.
- Je m'engage à commander un nouveau manchon dans la deuxième semaine du traitement intensif et à le porter quotidiennement suite au traitement intensif.
- Je m'engage à poursuivre un traitement d'entretien hebdomadaire en cabinet libéral de kinésithérapie suite au traitement intensif.

*Etiquette patient*

Fait à :

Le :

Signature :