



BRUST-ZENTRUM

Abklärung und Behandlung der Brust

Lymphödem und Physiotherapie

Dr. Teelke Beck

Brust-Zentrum

Seefeldstr. 214, 8008 Zürich

t.beck@brust-zentrum.ch www.brust-zentrum.ch



Wann tritt es auf?

Häufigkeit des Auftretens in der Literatur von 7-70%

Warum?

Problem – wie Messen!



Komplikationen:

- Infektion
- Chronischer Verlauf
- Beschwerden



- Schmerz
- Schweregefühl
- Eingeschränkte Beweglichkeit
(Hays 2010 – 287 Frauen)
- Reduzierte Lebensqualität





- Anzahl der entfernten UND befallenen Lymphknoten
- Bestrahlung der Achselhöhle



- Übergewicht
- Postoperative Infektionen



Therapie des Lymphödems



Entstauung durch Wickeln oder Kompressionsärmel



Bewegungsübungen und Physiotherapie



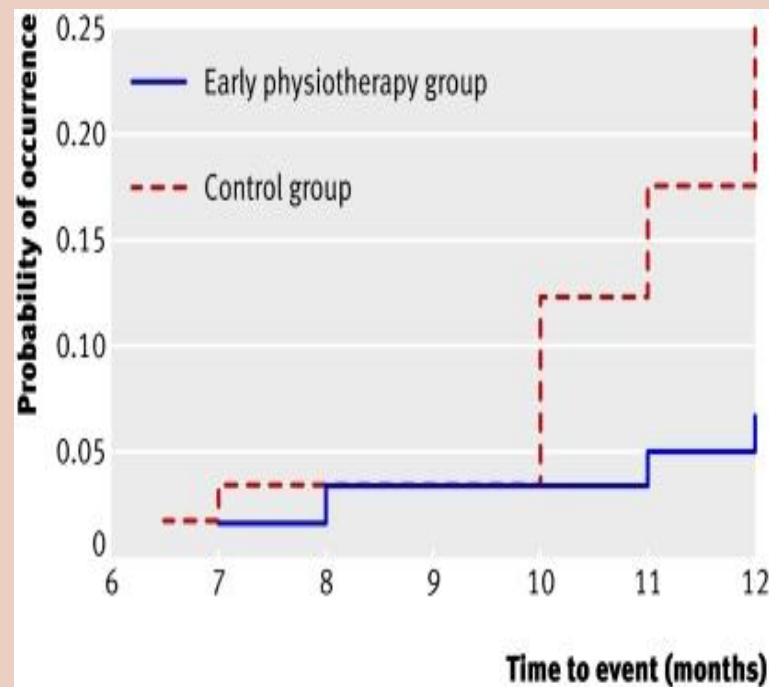
Manuelle Lymphdrainage



Studienlage?



- Torres 2010
- frühzeitige Physiotherapie
- Risiko Lymphödem erhöht?
- 116 Frauen
- 16% entwickelten Lymphödem nach 1 Jahr
- 25% ohne und 7% MIT Physiotherapie



- Schmitz 2009:
- 144 Frauen
- Gewichtheben vs. normale Bewegung:
- Kein Unterschied





- Armschonung «alter Zopf» !!
- 1 Woche reduzierte Bewegung bis 90 Grad
- Danach volle Bewegung incl. Übungen und Belastung
- Tragen von Handschuhen im Haushalt und im Garten (Verletzungsgefahr)
- Möglichst keine Injektionen und Blutdruckmessungen am operierten Arm
- Frühzeitige Therapie beim Auftreten eines Lymphödems



Wir können etwas tun !