



לימפאדמה וצלוליטיס

מהי לימפאדמה?

לימפאדמה, זהו מצב של נפיחות כרונית אשר יכול לקרות בכל חלק גוף, נפוץ בגפה עליונה או תחתונה מערכת לימפטית תקינה אחראית על ניקוז נוזלים מהרקמות וחיסון הגוף כנגד דלקות וזיהומים. לימפאדמה עלולה להתפתח כאשר המערכת הלימפטית אינה יעילה ויש גורמים שונים לכך

מהו צלוליטיס?

זוהי דלקת זיהומית (לא מדבקת) של העור, המאופיינת בהופעת אודם, נפיחות וחום ומלווה בכאב ורגישות.

הגורם לצלוליטיס

בדרך כלל נגרם על ידי חיידקים (למשל סטרפטוקוקוס) אשר חודרים לגוף דרך פתח בעור, כמו שריטה, חתך או עקיצה וייתכן גם דרך פצע או כיב קיים, אקזמה או דרמטיטיס. לפעמים לא ניתן לזהות את הגורם והזיהום מתפרץ ללא אזהרה.

לימפאדמה וצלוליטיס

תפקיד מערכת הלימפה הינו ניקוז נוזלים מרקמות הגוף, זיהוי וסילוק זיהומים. אם מערכת הלימפה לא תקינה, הגוף יתקשה להתמודד עם הזיהום. (באיבר הפגוע, לא בגוף כולו). לכן אנשים עם לימפאדמה רגישים במיוחד להופעה של צלוליטיס. בנוסף, הצלוליטיס פוגעת בדרכי לימפה וגורמת לנזק נוסף בהן, ולכן מעלה את הסיכון להחמרת הבצקת ולשינויים בלתי הפיכים בעור.

איך מזהים צלוליטיס?

הרגשה כללית רעה כמו שפעת, חום, צמרמורות, כאבי שרירים, כאב ראש, בחילות, הקאות. באזור הדלקת תופיע פריחה או אודם, גרד, חום, רגישות למגע ועלייה משמעותית בנפיחות. **חזרה של צלוליטיס באזור הלימפטי יכולה להיות נדירה או תכופה. לא ידוע אם כל אפיזודה היא תוצאה של זיהום חדש או כשל בריפוי מלא של זיהום קודם.**

האבחון מתבצע על ידי צוות רפואי.

מה עושים?

- יצירת קשר מידי עם הרופא המטפל לקבלת הטיפול המתאים.
- מטופלים עם הופעות חוזרות של צלוליטיס- רצוי שיחזיקו אנטיביוטיקה בהישג יד ויתחילו בטיפול מיד עם הופעת הסימפטומים. במקרים מסוימים יש צורך באשפוז לקבלת אנטיביוטיקה בעירוי.
- יש להפסיק את העיסוי הידני וחבישות לחץ בזמן התקף חריף.



- מנוחה והרמת הגפה הפגועה בתנוחה נוחה, רצוי לגובה הלב.
- שתיית מים מרובה.
- משככי כאבים לפי הצורך אך לא נוגדי-דלקת.

לאחר ההתקף:

- חזרה לטיפול הלימפטי, שימוש באביזרי לחץ כאשר הסימפטומים נעלמים ומרגישים נוח. יש לשים לב שהשרוול/גרוב מתאימים, שימוש באביזר לא מתאים עלול לגרום יותר נזק מתועלת.
 - חזרה הדרגתית ומתונה לפעילות הרגילה ולתרגילים, עם חבישות לחץ.
- יש עדויות לכך שטיפול בניקוז לימפטי מפחית את תדירות ההתקפים. ולכן שליטה על הבצקת חשובה מאד. למטופלים עם היסטוריה של צולוליטיס ומטופלים בניקוז לימפטי אינטנסיבי, יש לשקול כיסוי אנטיביוטי בזמן הטיפול. לעיתים נעזרים בבדיקת דם או תרבית מפצע.

איך ניתן למנוע צולוליטיס?

- שמירה על העור חשובה ביותר, הוא המחסום שמגן על הגוף מפני כניסת מזהמים.
- יש לשמור על ניקיון העור ולהשתמש בקרם לחות באופן קבוע. רצוי להשתמש בתכשירים נטולי ריח ו-PH ניטרלי.
- יש לעשות כל מאמץ כדי להגן על העור מפציעה, חתכים, כוויות או זריקות באזור הקרוב. לדוגמה: זהירות בגילוח או חיתוך ציפורניים. במקרה של נזק בעור יש לטפל מיד עם משחה אנטיספטית ולכסות בגזה.
- כשהנפיחות ברגליים, יש להימנע מהליכה יחפה ולהקפיד על נעל מתאימה ונוחה.
- בכל בעיית עור כמו דרמטיטיס, כיבים, יבלות או פטריות יש להתייעץ עם רופא.
- הפחתת נפיחות יכולה למנוע או לפחות להפחית את התקפי הזיהומים. לכן טיפול נכון ואפקטיבי בבצקת הוא חיוני. (לאחר היעלמות סימני הזיהום!)
- רצוי להצטייד באנטיביוטיקה לנסיעות וטיולים.
- **במקרים של חזרת הצולוליטיס** במקרים שהדלקת חוזרת מעל פעמיים בשנה, יש לשקול טיפול אנטיביוטי מונע בהתייעצות עם רופא מטפל.

כל המידע בעלון זה לא מהווה תחליף לייעוץ וטיפול ע"י איש מקצוע.

לפרטים נוספים באתר העמותה ללימפדמה: <http://www.ial.org.il>