

Concetto di trattamento ambulatoriale conservativo degli edemi cronici.

Introduzione

Il trattamento degli edemi cronici (linfedema, lipoedema (sindrome del lipoedema), fleboedema, le loro combinazioni ed edema ciclico idiopatico), nonché dell'edema post-operatorio e post-traumatico, viene effettuato utilizzando le tecniche e le misure terapeutiche della terapia decongestionante

La terapia decongestionante per l'edema post-operatorio e post-traumatico deve essere integrata nella riabilitazione generale e deve precedere la riabilitazione funzionale.

Gli elementi del concetto

La terapia decongestionante da utilizzare per il trattamento conservativo degli edemi cronici consiste in due fasi successive, una fase di decongestione seguita da una fase di stabilizzazione e ottimizzazione.

Il concetto comprende diverse misure terapeutiche:

- Cura della pelle
- Linfodrenaggio manuale (LDM)
- Terapia compressiva (bendaggi multicomponente i o dispositivi di compressione con velcro)
- Creazione di un programma di attività fisica personalizzato
- Riabilitazione funzionale (trattamento muscolo-scheletrico e/o neurodinamico) ed eventuale fisioterapia respiratoria
- Istruzione ed esercitazione pratica di misure di auto-trattamento da parte del paziente (auto-drenaggio, auto-bendaggio, cura della pelle, ecc.)
- Consigli su comportamenti favorevoli nella vita quotidiana per meglio padroneggiare l'edema
- Consigli sugli ausili esistenti relativi ai dispositivi di compressione
- Informazioni sulle associazioni di pazienti (Lega cancro Ticino), Lymphosuisse, ecc.) e sui loro servizi.

Il trattamento degli edemi cronici richiede un'applicazione metodica e rigorosa di queste diverse misure terapeutiche, secondo una strategia e un obiettivo predefiniti, basati su un'attenta valutazione della situazione e delle condizioni del paziente. Questo trattamento, che richiede il coinvolgimento del paziente, viene pianificato insieme.

Il trattamento dell'edema porta sempre a una riduzione del volume, ma in misura variabile e dipendente da una serie di fattori (causa dell'edema, comorbidità, ecc.).

Non richiede un trattamento terapeutico continuo per un lungo periodo di tempo. L'applicazione regolare della terapia compressiva (dispositivi di compressione, autobendaggio, ecc.) da parte dei pazienti permette a stabilizzare la situazione. Infatti, nel corso del trattamento, il paziente deve diventare gradualmente un curatore.

La terapia in due fasi descritta per il trattamento degli edemi cronici, in particolare del linfedema, è stata sperimentata e ampiamente documentata per molti anni ed è ancora oggi inevitabile, nonostante i progressi di altri tipi di trattamento, in particolare della chirurgia.

Referenze:

- Földi M, Földi E, Kubik S. *Manuel de lymphologie*. Munich : Urban & Fischer ; 7e édition, 2010
- Tomson D. *Drainage lymphatique, techniques de base et appliquées et physiothérapie décongestionnante*. Edi-Ermes, Milan, 2e édition, 2024

Fasi della terapia decongestionante

1. Fase intensiva di decongestione ~~intensiva~~ (drenaggio) dell'edema

Questa prima fase del trattamento, finalizzata a ridurre il più possibile l'edema, comprende le seguenti misure terapeutiche:

- Trattamento locale della pelle
- LDM con 5 sedute settimanali (con un minimo di 3 sedute a settimana)
- Compressione terapeutica con bendaggi multicomponente o dispositivi di compressione con Velcro indossati per tutta la fase
- Attività fisica secondo un programma personale prestabilito
- Guida del paziente nell'apprendimento di tecniche di autotrattamento
- Informazioni e consigli per il paziente.

Questa fase dura generalmente da 1 a 2 settimane. Se necessario, può essere prolungata ulteriormente per ottimizzare i risultati.

2. Fase di stabilizzazione e ottimizzazione

Questa seconda fase inizia quando la decongestione dell'edema è giudicata ottimale.

In questa fase si continueranno le misure della prima fase, sostituendo i bendaggi multicomponente con dispositivi di compressione (calze, manicotto, guanti o dispositivi di compressione a Velcro). La frequenza dei trattamenti sarà ridotta il più possibile, coinvolgendo il paziente e chiedendogli di continuare a prendersi cura delle

condizioni della sua pelle, di indossare rigorosamente i dispositivi compressivi e di effettuare degli autodrenaggi e autobendaggi per preservare il più possibile i benefici terapeutici della prima fase.

L'ottimizzazione della riduzione dell'edema può essere ottenuta tramite una ripetizione della fase intensiva prima di ogni rinnovo dei dispositivi di compressione, o da 1 a 3 volte l'anno nel caso di dispositivi di compressione a Velcro.

Informazioni generali

La fisioterapia, ad esempio sotto forma di una riabilitazione funzionale, di un trattamento muscolo-scheletrico e/o neurodinamico, deve essere inizialmente eseguita in parallelo ad una fisioterapia decongestionante, se necessario, e poi proseguita per un periodo più lungo.

Il trattamento dell'edema cronico può essere in genere effettuato ambulatoriamente. Tuttavia, le condizioni per il paziente devono essere adattate individualmente, tenendo conto di eventuali assenze per malattia, organizzazione dei trasporti, aiuto domestico, ecc. Anche il tempo necessario per svolgere il programma di attività fisica personale deve essere pianificato nella routine quotidiana del paziente.

In alcune situazioni di edema molto grave, di comorbidità, di ambiente sociale sfavorevole o per altre ragioni individuali, il medico può disporre che la prima fase del trattamento venga effettuata in ospedale.

Il trattamento dell'edema cronico in Svizzera è coperto dall'assicurazione sanitaria di base, purché sia prescritto da un medico ed eseguito da un fisioterapista qualificato.

I trattamenti decongestionanti effettuati da altri operatori, come infermieri, linfoterapisti, massaggiatori medici, operatori alternativi o altri operatori riconosciuti, sono rimborsati dall'assicurazione complementare in base alle loro condizioni individuali. Si consiglia ai pazienti di informarsi preventivamente presso la propria assicurazione complementare.

Referenze:

- Brochure de la Ligue suisse contre le cancer : Le lymphœdème après le cancer, édition 2020

Contatto con altre persone interessate

Desiderate scambiare idee con altre persone interessate? Vi suggeriamo di contattare le seguenti associazioni:

- Associazione svizzera per il linfedema (www.lv-schweiz.ch)
- LymphoSwiss (www.lymphosuisse.ch)

E-Mail: info@lymphosuisse.ch