

### 24. Lymfläckage

När mängden lymfvätska blir alltför stor i en lymfödemdrabbad kroppsdel kan vätska läcka rakt ut genom huden. Detta kallas lymfläckage.

#### Bakgrundsfakta

Varje gång hjärtat slår, pumpas syre och näring ut till kroppens alla delar. En näringsrik blodplasma filtreras från blodbanan ut till området mellan cellerna. Cellerna tar upp den näring de behöver och utsöndrar slaggprodukter till vätskan mellan cellerna. För att inte en svullnad ska uppstå, måste vätskan och slaggprodukterna sedan transporteras bort genom lymfsystemet. När vätskan sugits in i lymfkärlen kallas den lymfvätska.

#### Hur uppstår lymfläckage?

Om lymfsystemet fungerar dåligt eller blivit skadat blir vätska kvar mellan cellerna. Då uppstår en svullnad. Sker volymökningen av vätska långsamt omvandlas vätskan till fettväv och bindväv och nya lymfkärl växer in i den nya fettväven. Huden växer också i storlek för att passa den nya kroppsformen. Men sker vätskeökningen snabbt ger huden efter för det ökade vätsketrycket och blir utsträckt och uttunnad. Till slut blir huden så tunn att lymfvätska börjar läcka ut genom huden. Ibland kan lymfläckage börja som blåsor på huden men ibland läcker vätskan rakt genom den tunna huden.

#### Var uppstår lymfläckage?

Lymfläckage är vanligast förekommande i benen, ljumskområdet och genitalierna men kan även förekomma i armhålan eller i en arm om trycket av vätska blir för högt där.

#### Risker i samband med lymfläckage

Huden är en del av vårt immunförsvar och kroppens skydd mot angrepp av bakterier. Därför ingår hudvård som en av de viktiga punkterna i KFÖ (Kombinerad Fysikalisk Ödemterapi). När huden blir uttänjd blir den skör och det går lätt hål på den, speciellt om det har bildats blåsor. Risken blir då stor för att bakterier tar sig in i kroppen och orsakar rosfeber. Att dra på tajta kompressionsplagg kan lätt skada den sköra huden och man får då övergå till bandagering. Vid venös insufficiens ökar risken för lymfläckage.

#### Behandling

1. Om du misstänker att du fått en rosfeber infektion i samband med lymfläckage måste du genast kontakta läkare för att stoppa infektionen.
2. Sår som uppstått i samband med lymfläckage måste behandlas med sårömläggning av kunnig sjukvårdspersonal.
3. Kompression är viktigt. Du kan troligtvis *inte* använda din vanliga kompression vid lymfläckage utan måste bandagera med ett lågelastiskt bandage tills det har skett en förbättring i lymfflödet och svullnaden minskat. Det är viktigt att hela benet (eller armen) bandageras så att man inte stänger av flödet från avlägsnare kroppsdelar. (Om du inte tidigare lärt dig den speciella bandageringstekniken med polstring och kortelastiska lindor som används vid lymfödembehandling så be din lymfterapeut om hjälp att visa dig hur man gör.)
4. Att förebygga är, som alltid, viktigast. Smörj in huden varje dag med fuktbevarande kräm och titta samtidigt noga efter att huden är hel och inte skadad av insektsbett eller annat. Om en rodnad uppstått kan det tyda på rosfeber som kan få svullnaden att öka mycket snabbt vilket ökar risken för lymfläckage.
5. Vid lymfläckage är det viktigare än någonsin att öka lymfflödet i de centrala lymfkärlen med djupandningsövningar samt göra självlymldränage (SLD).

***Biverkningar vid kroniska ödem, såsom lymfläckage och rosfeber kan förebyggas genom bra hudvård, rätt kompression samt egenbehandling med djupandningsövningar och självlymldränage (SLD).***