

PM 2010-02-24

Dnr 2010:134

## BEHANDLING AV LYMFÖDEM

*Var finns enheter som behandlar människor med lymfödem? Var finns utbildning i sådan behandling? Finns vårdprogram?*

### Allmänt om lymfödem

Lymfödem är ett kroniskt tillstånd av svullnad som uppkommer när lymfvätska samlas i kroppens vävnad. Svullnaden förekommer ofta i en arm eller ett ben, men det kan även finnas i kroppens övriga delar beroende på vilket område som är skadat. Det finns två typer av lymfödem, den ena är primärt lymfödem som vanligtvis är medfött och kan förekomma hos både barn och vuxna. Den andra typen är sekundärt lymfödem, vilket är relaterat till skada på lymfvägar det uppkommer ofta genom infektion, kirurgiskt ingrepp, strålbehandling vid cancer eller av andra medicinska orsaker. Lymfsystemet är vitalt för att föra bort överflödigt vätska från kroppen, men det är också viktigt för immunförsvaret. Ansamlingen av vätska beror oftast på att lymfknotor eller lymfkärl har tagits bort eller skadats i samband med operation eller strålbehandling vid cancer.<sup>1</sup>

I ett tidigt skede av lymfödem kan behandling och undervisning i egen vård ges via vårdcentraler. Om ödemet tilltar kan det krävas en mer omfattande lymfterapi och vid svåra lymfödem kan det bli nödvändigt med operation.<sup>2</sup> Lymfterapi är en metod i olika delar som är ämnade att stödja lymfsystemets arbete med att transportera vätska och slaggprodukter bort från vävnaderna. Lymfödem går inte att bota, men med hjälp av olika behandlingsmetoder är det möjligt att kontrollera sjukdomen.<sup>3</sup>

### Behandling av lymfödem

Inom primärvården kan patienten för det mesta få behandling hos lymfterapeuter eller sjukgymnaster, arbetsterapeuter och sjuksköterskor med vidareutbildning i lymfterapi. Om det inte finns en lymfterapeut att tillgå vare sig på sjukhuset eller i patientens område kan landstinget enligt Svenska ödemförbundet i so mliga fall bekosta att patienten får gå till en privat terapeut.<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> Se ex; <http://www.vardguiden.se/Sjukdomar-och-rad/Omraden/Sjukdomar-och-besvar/Lymfodem/> eller <http://www.lymfodem.nu/>

<sup>2</sup> Ibid.

<sup>3</sup> Se <http://www.svenskaodemforbundet.se/templates/page.aspx?pageid=1&subpage=38>

<sup>4</sup> Se <http://www.svenskaodemforbundet.se/templates/files.aspx?path=vard&pageid=6>

Enligt uppgift ifrån Anders Jacobsson på Socialstyrelsen finns det idag ingen sammanställd nationell lista över vilka enheter som behandlar lymfödem särskilt.<sup>5</sup> Ulla Steen-Zupanc som är Överläkare på lymfödemenheten på Röda Korsets Sjukhus har dock uppgift om vilka rehabiliteringsenheter som arbetar särskilt med lymfterapi och är auktoriserade från och med 2010-01-01 av Stockholms Läns Landsting (SLL). Dessa är Mösseberg i Falköping, Mälargården i Sigtuna och Röda Korsets Sjukhus i Stockholm. Auktorisationen av SLL innebär att vårdgivarna motsvarar särskilda krav, där de ger en viss garanti för de patienter inom SLL som beviljas "specialiserad rehabilitering av lymfödem" av SLL.<sup>6</sup>

Det är också möjligt för patienter från övriga landet att få en specialistvårdsremiss till dessa rehabiliteringsenheter. Om de traditionella behandlingsformerna i lymfterapi inte uppvisar effekt i ett senare skede remitteras patienter med lymfödem till Plastikkirurgiska kliniken i Malmö, för ställningstagande till eventuell operation med fettsugning. Detta för att ta bort det onödiga fett som bildas där lymfödemet sitter.<sup>7</sup> Efter operationen får patienten under resten av livet ha en tättsittande elastisk strumpa på den behandlade kroppsdel. Den förebygger att fett bildas på platsen och att ödemet kommer tillbaka.<sup>8</sup>

### **Utbildning i lymfterapi**

I dagsläget är det inte ett krav på en särskild utbildning i lymfterapi för att arbeta med lymfödembehandling. Lymfterapeuter har emellertid gått en påbyggnadsutbildning i lymfterapi. En utbildning som omfattar praktisk lymfödembehandling, det vill säga hur man behandlar lymfödempatienter med manuellt lymfdränage (MLD), djupandning, rörelseövningar, kompression samt hudvård.<sup>9</sup> Manuellt lymfdränage är en massageteknik som slappnar av musklerna och stimulerar lymfsystemet.<sup>10</sup> Men utbildningen innefattar även teori om lymfsystemets anatomi och funktion.<sup>11</sup>

Lymfterapeuter kan ha varierande medicinsk bakgrund, exempelvis sjuksköterska, sjukgymnast, massör eller arbetsterapeut. Utbildning av lymfterapeuter har hittills varit helt privata utbildningar i Sverige eller Tyskland (Földikliniken).<sup>12</sup> I Sverige har exempelvis en kurs för utbildning av lymfterapeuter hållits på Röda Korsets Högskola i form av en uppdragsutbildning på 15 högskolepoäng.<sup>13</sup>

---

<sup>5</sup> Uppgift från Anders Jacobsson, 2010-02-09

<sup>6</sup> Uppgift från Ulla Steen-Zupanc, 2010-02-08

<sup>7</sup> Ibid, 2010-02-02

<sup>8</sup> Se <http://www.varldguiden.se/Sjukdomar-och-rad/Omraden/Sjukdomar-och-besvar/Lymfodem/>

<sup>9</sup> Uppgift från Ulla Steen-Zupanc, 2010-02-02

<sup>10</sup> Se <http://www.lymfan.nu/Lymfodem/mld.htm>

<sup>11</sup> Uppgift från Ulla Steen-Zupanc, 2010-02-02

<sup>12</sup> Uppgift från Elizabeth Johansson, 2010-02-01

<sup>13</sup> Se <http://www.rkh.se/main/utbildning/uppdrag/lymfodem.aspx>

I lagen (1998:531) om yrkesverksamhet på hälso- och sjukvårdens område framgår vilka yrken inom hälso- och sjukvården som omfattas av legitimationsbestämmelser. I den senaste statistiken från årsskiftet 31 december 2008 som Socialstyrelsen samlade in fanns inte lymfterapeut med bland de yrken som omfattas av lagen om legitimationsbestämmelser.<sup>14</sup> Det gör att lymfterapeut inte är en av lagen skyddad yrkestitel och därmed finns det inte en reglering från Socialstyrelsen av vilka som har rätt att kalla sig för lymfterapeuter.<sup>15</sup> Lymfterapeuttiteln ges således inte via legitimering utan via diplomerings, som fås efter den avklarade utbildningen.<sup>16</sup>

### **Nationellt vårdprogram**

Socialstyrelsen har ingen generell vägledning eller riktlinje för behandling av lymfödem och det ingår inte heller bland de områden som Socialstyrelsen kommer att ge riktlinjer för under 2010. Det vårdprogram som finns är ett nationellt vårdprogram som Riksplaneringsgruppen mot lymfödem gav ut 2003 på initiativ av Cancerfonden, det finns tillgängligt på: [www.lymfodem.nu](http://www.lymfodem.nu). Det arbetades fram av olika specialister i samarbete med representanter för patientföreningar utan inblandning av Socialstyrelsen.<sup>17</sup>

Socialstyrelsens nationella riktlinjer är ett stöd vid prioriteringar och ger vägledning om vilka behandlingar och metoder som olika verksamheter i vård och omsorg bör satsa resurser på. De nationella riktlinjerna utgör ofta underlag till nationella, regionala samt lokala vårdprogram som utarbetas av specialistföreningar eller andra intresseorganisationer inom vården. Socialstyrelsens nationella riktlinjer är rekommendationer till huvudmännen för vård och omsorg men inte tvingande då det skulle inskränka på det kommunala självstyret. Huruvida det nationella vårdprogrammet för lymfödem är gällande praxis över hela landet saknar Socialstyrelsen kunskap om i nuläget.<sup>18</sup>

### **Sammanfattning av vårdprogrammets innehåll**

Den sammanfattning som här ges av vårdprogrammet bygger både på vårdprogrammet i sig men även på en sammanfattning gjord av Svenska ödemförbundet.<sup>19</sup> Då vårdprogrammet är omfattande är det som redovisas nedan endast ett axplock utav det som framförs i vårdprogrammet.

Vårdprogrammet definierar olika typer av lymfödem såsom:

- Primära lymfödem

---

<sup>14</sup> Statistik om hälso- och sjukvårdspersonal, Socialstyrelsen (2009), Sveriges officiella statistik

<sup>15</sup> Se

<http://www.socialstyrelsen.se/ansokaomlegitimationochintyg/legitimation/vadinebarlegitimation>

<sup>16</sup> Uppgift från Ulla Steen-Zupanc, 2010-02-02

<sup>17</sup> Ibid.

<sup>18</sup> Uppgift från Arvid Widenlou Nordmark, projektsekreterare enheten för nationella riktlinjer, Socialstyrelsen 2010-02-05. Se även <http://www.socialstyrelsen.se/riktlinjer/nationellariktlinjer>

<sup>19</sup> Se [www.lymfodem.nu](http://www.lymfodem.nu) samt <http://www.lymfan.nu/Vard/vardprogram.htm>

- Sekundära lymfödem:
  - Lymfödem hos cancerpatienter
  - Andra behandlingsutlösta lymfödem såsom delhudstransplantation, lambåplastiker, m.m.
  - Övriga lymfödem – exempelvis diverse blandformer

### Diagnostik

Med hjälp av klinisk diagnostik omfattande anamnes, inspektion, palpation, kunskap om kliniska symptom/fynd kan i regel diagnosen lymfödem ställas. En del kompletterande undersökningsmetoder beskrivs.

### Mätmetoder

Olika metoder för att mäta lymfödem beskrivs. Några av dessa är:

- Pletysmografi, där armen eller benet sänks ned i ett vattenbad och den avrunna vätskemängden vägs
- Omkretsmätning som även ger en uppfattning om svullnadens lokalisering
- Övriga metoder såsom optoelektrisk mätning och CT (skiktröntgen) eller MRT (Magnetkameraundersökning)
- Volymberäkning används för att visa resultat av behandlingen.
- Uppskattning av pitting, det innebär att man trycker så hårt som möjligt med fingret mot vävnaden under 60 sekunder. Vid förekomst av pitting ses en fördjupning i vävnaden.
- För att mäta smärta, tyngdkänsla, spänningskänsla används skattningsskalor exempelvis VAS. VAS är den visuella analogskalan där patienten får självuppskatta en upplevelse, exempelvis smärta, på en skala

### Behandling och metoder

Innan behandling inleds krävs en läkarundersökning dels för att utesluta aktiv tumörsjukdom och dels för att identifiera kontraindikationer. I initialskedet är lymfödemet lätt att behandla. Behandlingen är symptomlindrande och ej botande. Såväl enskilda metoder och kombinationer av metoder redovisas. I samtliga stadier av lymfödem ingår en basbehandling som innefattar:

- Rådgivning
- Hudvård
- Egenvård
- Kompression
- Uppföljning

Nedan följer en sammanställning av de behandlingsåtgärder som bedöms lämpliga vid olika stadier av lymfödem:

- Rådgivning information om lymfsystemet, högläge, muskelarbete, blodprov, blodtryck, andningsövningar, injektioner i den friska armen
- Hudvård
- Fysikaliska metoder såsom förskrivning av kompressionsstrumpor, bandagering, manuellt lymfdränage (MLD), lymfpulsatorbehandling och rörelseövningar. Det finns även en förteckning av kombinationer

av fysikaliska metoder.

- Egenvård
- Kirurgiska metoder, främst fettsugning som även innefattar basbehandling och kompressionsbehandling
- Läkemedelsbehandling

### Hjälpmedel

För att det dagliga livet skall fungera ska patienten erbjudas ergonomisk rådgivning, utprovning av olika tekniska hjälpmedel samt arbetsplatsanpassning med förebyggande och avlastande åtgärder.

### Rehabilitering

De psykosociala aspekterna måste uppmärksammas vid behandling av lymfödem. Patienten bör erbjudas följande:

- Interdisciplinärt behandlingsteam
- Primär ödembehandling
- Hjälp för patienten att hitta en balans mellan ansträngning och vila
- Förbättra stresshanteringen
- Mål med rehabiliteringen anges vara att patienten ska erhålla optimal livstillfredsställelse

### Uppföljning

Uppföljning av patienter med lymfödem bör ske av läkare i behandlingsteamet i nära samarbete med specialutbildad sjukgymnast, sjuksköterska eller arbetsterapeut. Kontroller sker i början med några veckors intervall och kan sedan vid stabiliserat tillstånd minskas till 1-2 gånger per år. Behandlingen är livslång.

## Referenser

Anders Jacobsson, Socialstyrelsen, 2010-02-09

Arvid Widenlou Nordmark, Projektsekreterare enheten för nationella riktlinjer, Socialstyrelsen 2010-02-05

Elizabeth Johansson, Leg sjukgymnast/dipl lymfterapeut Cancerfonden Stockholm, Telefon 08-677 10 16, 2010-02-01

Ulla Steen-Zupanc, Överläkare lymfödemenheten Röda Korsets Sjukhus Stockholm samt ledamot i Svensk förening för lymfologi, ulla.sten-zupanc@rks.se, 2010-02-03

Vårdguidens hemsida, besökt 2010-02-01:

<http://www.varldguiden.se/Sjukdomar-och-rad/Omraden/Sjukdomar-och-besvar/Lymfodem/>

Hemsida för det nationella vårdprogrammet, besökt 2010-02-02:

<http://www.lymfodem.nu/>

Röda korsets högskolas hemsida, utbildning i lymfterapi, besökt 2010-02-03:

<http://www.rkh.se/main/utbildning/uppdrag/lymfodem.aspx>

Socialstyrelsens hemsida, besökt 2010-02-03:

<http://www.socialstyrelsen.se/ansokaomlegitimationochintyg/legitimation/vadinnebarlegitimation>

Socialstyrelsens hemsida, nationella riktlinjer, besökt 2010-02-08:

<http://www.socialstyrelsen.se/riktlinjer/nationellariktlinjer>

Statistik om hälso- och sjukvårdspersonal, Socialstyrelsen (2009), Sveriges officiella statistik, besökt 2010-02-04:

<http://www.socialstyrelsen.se/Lists/Artikelkatalog/Attachments/17743/2009-9-17.pdf>

Svenska ödemförbundets hemsida, besökt 2010-02-02:

<http://www.svenskaodemforbundet.se/templates/page.aspx?pageid=1&subpage=38>

Samt:

<http://www.svenskaodemforbundet.se/templates/files.aspx?path=vard&pageid=6>

Samt:

<http://www.lymfan.nu/Lymfodem/mld.htm>

Samt:

<http://www.lymfan.nu/Vard/vardprogram.htm>