

Riskbedömning för sekundärt lymfödem – arm

Vid operation av bröstcancer finns en stor risk för att få en svullen arm – armlymfödem. Fyll i dina poäng i tabellen nedanför. Vid LÅG RISK gå in på Svenska Ödemförbundets hemsida www.lymfan.se där du kan hitta egenbehandlingsprogram för att öka lymfflödet från din arm. Vid MODERAT eller HÖG RISK kontakta även en lymfterapeut.

SITUATION/HÄNDELSE SOM UTGÖR RISK	Poäng	Mina poäng
Hela bröstet borttaget (mastektomi)	2	
Del av bröstet borttaget	1	
Mer än 10 lymfnoder (lymfkörtlar) borttagna från armhålan	3	
Mer än 2 men färre än 10 lymfnoder borttagna från armhålan	2	
1-2 lymfnoder borttagna från armhålan	1	
Strålbehandling mot armhålan	3	
Strålbehandling mot bröstkorgen	2	
Dränage eller tömning av vätska från sårområdet mer än 1 vecka efter operationen	2	
Infektioner i såret	2	
Mer än 2 infektioner i armen varje år (rosfeber)	3	
En infektion i armen varje år (rosfeber)	2	
Tyngdkänsla, spänningskänsla eller obehag i armen då och då	2	
Armen känns av/känns annorlunda/ mot dagens slut	1	
Ofta skador på armen småsår eller infekterade nagelband mm	2	
Torr hud	2	
ANDRA PROBLEM SOM ÖKAR RISKEN		
Reser ofta långt med flyg	1	
Tidigare skador på armen/skulderpartiet (armbrott, frusen skuldra)	1	
Operationen gjord på den dominant handens sida	2	
Hög stressnivå i vardagslivet	2	
Obehandlat högt blodtryck	2	
Obehandlade sköldkörtelproblem	1	
"Riskarmen" används statiskt eller repetitivt; t ex datorarbete	1	
Bär ofta tunga kassar eller lyfter tungt i vardagen	1	
Rökning/passiv rökning	1	
Liten övervikt (BMI 25-30)	2	
Stor övervikt (BMI över 30)	3	
Lätt att svullna i kroppen redan innan operationen	1	

TOTALA POÄNG _____

0-10 = LÅG RISK 11-20 = MODERAT RISK MER ÄN 20 = HÖG RISK

Formuläret utarbetat av Professor NB Piller (2006) Lymphoedema Assessment Clinic, Department of Surgeri, Flinders Medical Centre, Bedford Park, South Australia.

Riskbedömning för sekundärt lymfödem – ben

Vid operation av gyncancer eller prostatacancer finns en stor risk för att få ett svullet ben (ibland båda benen) – lymfödem. Fyll i dina poäng i tabellen nedan. Vid LÅG RISK gå in på Svenska Ödemförbundets hemsida www.lymfan.se där du kan hitta egenbehandlingsprogram för att öka lymfflödet från dina ben.

Vid MODERAT eller HÖG RISK kontakta även en lymfterapeut.

SITUATION/HÄNDELSE SOM UTGÖR RISK	Poäng	Mina poäng
Mer än 10 lymfnoder (lymfkörtlar) borttagna i ljumsken	3	
Mer än 2 men färre än 10 lymfnoder borttagna i ljumsken	2	
1-2 lymfnoder borttagna i ljumsken	1	
Strålning i ljumsken eller bäckenområdet	3	
Dränage från operationssåret mer än 1 vecka	2	
Infektion i operationssåret efter operationen	2	
I genomsnitt mer än 2 infektioner (rosfeber) i benet varje år	3	
I genomsnitt 1 infektion (rosfeber) i benet varje år	2	
Tyngdkänsla, spänningskänsla eller andra besvär i benet	1	
Benet känns av mer/känns annorlunda/ i slutet av dagen	1	
Har ofta skadat benet, rivsår, klåda nagelbandsinfektioner mm	2	
Torr och flagande hud på vaderna och fötterna	3	
ANDRA PROBLEM SOM ÖKAR RISKEN		
Andra i familjen har/har haft svullna ben (mormor, farmor etc)	2	
Reser ofta långt med flyg	2	
Tidigare skadat benen, anklar eller fötter (stukningar benbrott etc)	1	
Står och går mycket i vardagen	3	
Hög stressnivå i vardagslivet	2	
Obehandlat högt blodtryck	2	
Obehandlade sköldkörtelproblem	1	
Diabetes under kontroll med diet eller medicinering	1	
Diabetes ej under kontroll	3	
Mindre åderbräck eller röda ådernät på benen	1	
Större åderbräck eller röda ådernät på benen	2	
Tidigare opererats för åderbräck	2	
Rökning/passiv rökning	1	
Liten övervikt (BMI 25-30)	2	
Stor övervikt (BMI över 30)	4	
Lätt att svullna i kroppen redan innan operationen	1	
Mat som stimulerar viktökning (mycket fett och högt GI)	2	

TOTALA POÄNG _____

0-10 = LÅG RISK 11-20 = MODERAT RISK MER ÄN 20 = HÖG RISK

Formuläret utarbetat av Professor NB Piller (2006) Lymphoedema Assessment Clinic, Department of Surgeri, Flinders Medical Centre, Bedford Park, South Australia.