

Kinesis Fisioterapia Mogliano Veneto è lieta di riprendere la comunicazione con gli affezionati lettori dell'Eco dopo una pausa durante la quale abbiamo aggiornato ed arricchito la nostra competenza e offerta terapeutica grazie all'apprendimento di nuove tecniche riabilitative e alla collaborazione con medici specialisti in diversi ed interessanti ambiti che vi presenteremo con questa serie di articoli.

Sperando di incuriosirvi, accrescere le vostre conoscenze e soddisfare le vostre richieste, vi auguriamo Buona Lettura!

M. Marsich, Dott. Cardili e tutto lo Staff

Edema : prevenzione, cura e trattamento

Metodo J. P. Belgrado con linfodrenaggio, bendaggio ed esercizi specifici



Iniziamo quest'articolo affermando subito che l'**edema**, più comunemente definito gonfiore, è un **sintomo**, non una patologia. Esso esprime la momentanea o definitiva difficoltà da parte della circolazione linfatica e venosa di evacuare i liquidi e le macromolecole in eccesso negli spazi extracellulari della pelle.

Le **cause** dell'edema sono molteplici e sovrapponibili; rispetto alla circolazione di ritorno, esse possono essere **primarie** (insufficienza cardiaca, renale, epatica) o **secondarie** (adenectomie, traumi, disturbi vascolari genetici o congeniti, malattie autoimmuni o semplicemente invecchiamento dei vasi e ridotta attività motoria).

Degli edemi secondari i più frequenti sono quelli conseguenti all'**asportazione chirurgica di linfonodi** (adenectomia) in seguito a patologie oncologiche (mastectomie, melanomi, tumori di utero, ovaie, prostata, etc) e trattamenti chemioterapici o radioterapici; in questi casi l'edema se trascurato o sottovalutato può incidere negativamente sulla qualità della vita quotidiana del paziente complicandone la condizione psicofisica.

Inizialmente l'edema si manifesta con un aumento di volume (gonfiore) della parte del corpo coinvolta, ma se non trattato tempestivamente ed adeguatamente può provocare l'insorgenza di processi infiammatori dei tessuti superficiali più o meno gravi come lesioni cutanee, micosi, infezione del sistema linfatico (erisipela), ipercheratosi, etc.

Ciò è dovuto al fatto che il **sistema linfatico è un sistema circolatorio di pulizia** costituito da piccoli vasi iniziali presenti nel sottocute, vasi collettori, linfonodi e dotti che si ricongiungono al sistema venoso. La linfa è l'insieme dei liquidi, delle sostanze e degli elementi che circolano nei vasi linfatici (proteine, lipidi, enzimi, ormoni, globuli bianchi) cioè essenzialmente **macromolecole e prodotti di scarto** che non possono essere riassorbiti dal sistema sanguigno venoso iniziale (microcircolo).

Quando si rompe il **delicato e preciso equilibrio** tra forze che attirano e trattengono i liquidi nei vasi e pressioni che li spingono fuori, inizia il lento processo che porta alla formazione dell'edema il quale può essere più o meno liquido o denso in relazione alla qualità dei suoi componenti (tante più proteine presenti tanto più denso ed organizzato è l'edema).

L'aumento di volume settoriale o totale di un arto può raggiungere dimensioni notevoli (anche maggiori al 30/40 % del volume iniziale) e quindi dobbiamo sottolineare che il linfedema non adeguatamente trattato **può diventare un disturbo cronico, evolutivo e di conseguenza altamente disabilitante**.

Il **trattamento multidisciplinare del prof. Belgrado**, supportato da numerose ricerche, prevede quindi una precoce dia-

gnosi e presa in carico del paziente.

L'approccio multidisciplinare abbina tecniche manuali di **linfodrenaggio** eseguite più rapidamente e con pressioni maggiori rispetto agli altri metodi più tradizionali, seguite dal **bendaggio compressivo** multistrato (serie di bende elastiche mantenute per un tempo minimo di mezz'ora e massimo di alcune ore da ripetere fino al raggiungimento del minimo volume possibile dell'arto interessato) e da **attività motoria individuale o di gruppo** necessaria per incrementare il deflusso linfatico attraverso l'azione di contrazione e rilassamento muscolare.

Alla fine del trattamento, ottenuta la riduzione massima dell'edema, si effettua la **confezione personalizzata di una calza** (per l'arto inferiore) o di un **manicotto** (per l'arto superiore) da indossare per evitare recidive o cronicizzazioni, realizzati dopo scrupolose misurazioni delle varie parti coinvolte.

L'azione combinata di drenaggio manuale, bendaggio ed esercizio fisico permette **una riduzione più veloce e più stabile nel tempo** degli edemi, anche quelli particolarmente voluminosi, migliorando notevolmente la qualità della vita dei pazienti.

L'**efficacia e rapidità** del trattamento sono rafforzate dalla piena e consapevole **collaborazione** del paziente che perciò deve essere informato dall'equipe che lo ha in cura e soprattutto accompagnato con sensibilità nella conoscenza della cronicità del suo disturbo e nell'**accettazione della terapia**, specie per quanto riguarda l'applicazione del bendaggio multistrato che si è dimostrato un mezzo molto più completo ed efficace rispetto al solo linfodrenaggio manuale tradizionale.

A cura di M. Marsich,
M. Sofia e M. Bulegato