

# Terapia uciskowa w zaburzeniach żylnolimfatycznych

## TŁO

### CZĘSTOŚĆ WYSTĘPOWANIA ZABURZEŃ ŻYLNOLIMFATYCZNYCH

#### Choroby układu żylnego<sup>1</sup>:

- C1** (pajączki i żyły siatkowe): 59.1%
- C2** (żylaki): 14.3%
- C3** (przewlekły obrzęk nóg): 13.4%
- C4–C6** (zmiany skórne, zagojony/otwarty wrzód): 3.6%

#### Zaburzenia limfatyczne<sup>2</sup>:

- Obrzęk limfatyczny:** 1.8% (2% kobiet; 1.5% mężczyzn)
- Pierwotny obrzęk limfatyczny:** 1/3 wszystkich pacjentów z obrzękami limfatycznymi
- Wtórny obrzęk limfatyczny:** 2/3 wszystkich pacjentów z obrzękami limfatycznymi

#### Obrzęk lipidowy<sup>3</sup>:

Głównie u kobiet: 6–8%

### POSTĘPOWANIE

#### Postępowanie w zaburzeniach żylnolimfatycznych jest wieloczynnikowe i obejmuje:

- **Terapię uciskową**, potwierdzoną metodę leczenia schorzeń żylnolimfatycznych<sup>4</sup>
- Pielęgnację skóry
- Techniki chirurgiczne i inne terapie
- Ćwiczenia / kontrolę wagi
- Drenaż limfatyczny

Ta ulotka skupia się na **terapii uciskowej – jej mechanizmach, korzyściach i rodzajach oraz na doborze najlepszej odzieży** dla każdego pacjenta.

### TERAPIA UCISKOWA

#### Mechanizmy działania<sup>5</sup>:

- Poprawia powrót żylny
- Zmniejsza filtrację
- Poprawia tworzenie i przepływ limfy
- Zmniejsza stan zapalny

#### Korzystny wpływ<sup>5</sup>:

- Redukuje oznaki i objawy
- Zmniejsza obrzęki i zapobiega im
- Przyspiesza gojenie ran
- Poprawia stan skóry i zapobiega jej schorzeniom
- Zmniejsza uszkodzenia mechaniczne i ból
- Zwiększa aktywność fizyczną i stabilizację tkanek; poprawia jakość życia

## RODZAJE TERAPII UCISKOWEJ<sup>4,7</sup>

### KOMPRESJA OKRĄGŁODZIANA



#### CHARAKTERYSTYKA

- Cienkie, dyskretne pończochy; bardziej miękka, elastyczniejsza i bardziej estetyczna niż dzianina płaskodziana; bez szwu
- Duża rozciągliwość; niższe ciśnienie robocze\* niż dzianina płaskodziana
- Dostępność usługi szycia na miarę
- Niższe koszty niż dzianiny tkanej na płasko lub okładów kompresyjnych

#### ZASTOSOWANIE

- PNŻ (C0–C6; przykłady: ciężkie nogi, żylaki, wczesny/łagodny obrzęk; żylna owrzodzenia podudzi z zestawem Ulcer X)
- Łagodny do umiarkowanego obrzęk limfatyczny, obrzęk lipidowy lub limfatyczny, jeśli kończyna ma jednolity kształt; może być stosowana w fazie obkurczania, przejściowej lub podtrzymującej

### KOMPRESJA PŁASKODZIANA



#### CHARAKTERYSTYKA

- Grubsze i sztywniejsze materiały w porównaniu do wyrobów okrągłodzianych; duża odporność; ze szwem
- Mała rozciągliwość; wyższe ciśnienie robocze\* niż wyroby okrągłodziane
- Elastyczna i wszechstronna (szyta na miarę)
- Wygodna w przypadku tkanek miękkich lub fałdów skórnych; wygodna w wyższych klasach kompresji

#### ZASTOSOWANIE

- Umiarkowana PNŻ (C3–C4)
- Łagodny do ciężkiego obrzęk limfatyczny, obrzęk lipidowy, obrzęk limfatyczny, ze zmianą lub bez zmiany kształtu (utrzymanie tkanki); faza podtrzymująca (może być stosowana w fazie obkurczania i przejściowej); zalecana po bandażowaniu, aby zapobiec nawrotowi

### KOMPRESJA NIEELASTYCZNA-WRAPY



#### CHARAKTERYSTYKA

- Umożliwiają samodzielną obsługę (zakładanie i dopasowanie, utrzymanie higieny i ochronę skóry); zwiększają skuteczność leczenia i jakość życia; opłacalne (przeznaczone do prania, wielokrotnego użytku; oszczędzające czas); wygodne dzięki samodzielnemu dopasowaniu
- Mała rozciągliwość; wysokie ciśnienie robocze\* i niskie ciśnienie spoczynkowe\*

#### ZASTOSOWANIE

- Umiarkowana/ciężka PNŻ (C3–C6)
- Łagodny/umiarkowany obrzęk limfatyczny, lipidowy lub lipo-limfatyczny z lub bez zmiany kształtu; faza podtrzymująca (mogą być stosowane w fazie obkurczania i przejściowej); używane również do zapobiegania nawrotowi



## KLASY KOMPRESJI I CHARAKTERYSTYKA CIŚNIENIA

### KLASY KOMPRESJI

(ucisk na kostkę):

Terapia uciskowa wywiera kontrolowany nacisk na kończynę. Istnieją różne klasy kompresji (w zależności od norm regionalnych) dla wyrobów okrągłodziających i płaskodziających.



### \* CHARAKTERYSTYKA CIŚNIENIA

**Ciśnienie spoczynkowe:** wytworzone na styku tkaniny uciskowej i kończyny w **pozycji leżącej (podczas spoczynku)**. Odpowiada to klasie ucisku danego produktu.

**Ciśnienie robocze:** wytworzone na styku tkaniny uciskowej i kończyny podczas **ruchu**. Wzrost ciśnienia, który następuje podczas ruchu, zależy od sztywności tkaniny. Sztywniejszy materiał powoduje większy wzrost ciśnienia roboczego.

**Dwa wyroby o tej samej klasie ucisku wytwarzają takie samo ciśnienie spoczynkowe, ale sztywniejsza odzież daje wyższe ciśnienie robocze.**

Materiał o dużej sztywności skutecznie zmniejsza obrzęk, ale utrudnia zakładanie wyrobów uciskowych: dlatego mają one mniejszą sztywność w porównaniu do bandaży lub okładów.



### WYBÓR ODPOWIEDNIEJ ODZIEŻY<sup>4,7</sup>

Na wybór odpowiedniej odzieży dla konkretnego pacjenta wpływa wiele czynników:

- **Stan kliniczny pacjenta** (stan, w jakim ma być używana odzież; stadium, nasilenie i miejsce obrzęku)
- **Wiek, mobilność, umiejętność obsługi/tolerancja odzieży**
- **Stan skóry** (krucha, owrzodzona, prawidłowa)
- **Morfologia kończyny**
- **Sztywności tkaniny**
- **Samodzielna opieka** (stan zdrowia, zrozumienie przez pacjenta stanu i chęć zmiany) oraz sytuacja finansowa pacjenta
- **Preferencje pacjenta**

### DO ZAPAMIĘTANIA

Terapia uciskowa jest podstawą leczenia zaburzeń żylnolimfatycznych. Istnieje szeroka gama produktów uciskowych, z których każdy ma specyficzne właściwości sprawiające, że są mniej lub bardziej odpowiednie dla konkretnego pacjenta. Wybór odpowiedniej odzieży uciskowej powinien uwzględniać wiele różnych czynników. Ma to kluczowe znaczenie dla skutecznej i skoncentrowanej na pacjencie terapii.

Piśmiennictwo: (1) Rabe, E. et al. (2003). Bonner Venenstudie der Deutschen Gesellschaft für Phlebologie. Phlebologie, 32(01), 1-14; (2) Gültig, O., Miller, A., & Zöltzer, H. (Eds.). (2016). Leitfaden Lymphologie. Elsevier Health Sciences; (3) Herbst, K.L., et al. (2021). Standard of care for lipedema in the United States. Phlebology, 02683555211015887; (4) [www.sigvaris.com](http://www.sigvaris.com); (5) Peripheral Edema One-Pager: [www.sigvaris.com/stemmer-medical-platform#one-pagers](http://www.sigvaris.com/stemmer-medical-platform#one-pagers); (6) Inflammation One-Pager: [www.sigvaris.com/stemmer-medical-platform#one-pagers](http://www.sigvaris.com/stemmer-medical-platform#one-pagers); (7) Framework, L. Best practice for the management of lymphoedema. 2006. MEP Ltd: London, United Kingdom. Uwaga: wszyscy pacjenci muszą przejść całościową ocenę, w tym pomiar wskaźnika kostkowo-ramiennego (ABPI), przed przepisaniem odzieży/urządzeń medycznych.