Le cancer du sein n'est pas rose. Le lymphoedème non plus.

Le lymphoedème est attribuable à l'endommagement du sytème lymphatique, situation courante chez les patients ayant subi une intervention chirurgicale, à qui on a enlevé des ganglions lymphatiques ou qui ont subi des traitements de radiothérapie pour traiter divers types de cancers. Le cancer du sein est le plus souvent associé à cette condition, à cause de la nécessité d'intervenir dans la région des ganglions axillaires.

Source:cusm.ca

LES INCONFORTS AU QUOTIDIEN

L'enflure engendre un inconfort et la compression donne la sensation d'une chaleur constante.

Tiraillement et lourdeur peuvent importuner également.

La frustration de ne pas pouvoir utiliser son bras normalement cause en plus de la souffrance psychologique.

Il y a possibilité d'un durcissement ou épaississement de la peau, ainsi que la sensation que les vêtements ou bijoux sont trop serrés.



Comme il n'y a pas de remède, il faut apprendre à vivre avec le lymphoedème en essayant de trouver des moyens de permettre à la lymphe de circuler.

Les médecins peuvent attribuer un stade ou un grade au lymphædème, selon la gravité des symptômes; ceci permet de planifier le traitement le mieux possible.

Si on en a la possibilité, rester allongée quelques heures par jour avec le bras élevé à 30°.



LE TRAITEMENT

La réussite du traitement dépend en fait de la combinaison de plusieurs traitements. Ceux-ci sont plus efficaces s'ils sont précoces et réguliers: drainage lymphatique, port de vêtements de compression, exercices physiques et mesures d'hygiène. Pour la compression, l'ajustement doit être parfait pour ne pas risquer d'agrayer le problème.

Les massages font du bien ainsi que le fait de rester actif. Les exercices favorisent la décongestion. Ils sont prescrits par un thérapeute spécialement formé pour traiter le lymphoedème: ils comprennent des étirements, des exercices d'aérobie et le développement de la force. Il importe de consulter un médecin pour établir l'intensité, la fréquence et la durée des périodes d'activité physique.

Source: Centre universitaire de santé McGill

Cette maladie chronique, souvent mal diagnostiquée et peu traitée, touche une femme sur quatre ayant subi une chirurgie ou de la radiothérapie pour un cancer du sein.

Christian Schuchardt, médecin oncologue et lymphologue



LA SOUFFRANCE PSYCHOLOGIQUE

Être écouté et compris est une étape importante. Vivre avec un sentiment d'impuissance et la peur de ce que ce bras va devenir, infection, complications... c'est difficile!

En société, c'est moche un bras plus gros que l'autre, ça se voit très bien... Et le shopping est démoralisant: comment trouver le vêtement adapté dans lequel le bras va entrer, qui cache mais qui ne serre pas?

Puis il y a le mal-être...

*Basé sur des témoignages de personnes atteintes

LA RÉDUCTION DES RISQUES

Les positions statiques prolongées et une trop grande compression sont à éviter.

Les températures extrêmes ne sont pas recommandées.

Soulevez les charges avec précaution.

Le mal peut progresser en altitude ou durant un voyage en avion, mais le risque est faible.

On n'interdit plus comme autrefois les mouvements répétitifs et les sports vigoureux. Vous pouvez BOUGER!



Pas d'injection, de prise de sang ou de prise de tension sur le bras concerné.

Attention aux cuticules, porte d'entrée pour les bactéries.

Attention aux piqûres d'insectes.

Éviter de mettre le bras au soleil.

Toute agression subie par le bras ou la peau est susceptible de dégénérer en infection.

