

ورم لنفاوی و ادم مزمن (تورم) Lymphedema and chronic edema (swelling)

منابع زیر نیز موجود است:

BC Cancer

[BC Cancer - ورم لنفاوی](#) یک برنامه جامع کنترل سرطان را برای

مردم در BC فراهم می‌کند

BC Cancer اطلاعات کلی در مورد ورم لنفاوی و جزوهای ویژه بیمار برای کاهش ایمن و کنترل ورم لنفاوی دارد.

انجمن ورم لنفاوی بریتیش کلمبیا (BCLA)

[انجمن ورم لنفاوی بریتیش کلمبیا](#) سازمانی است که از افراد مبتلا به ورم لنفاوی در بریتیش کلمبیا را از طریق حمایت، آگاهی‌بخشی و دانش در مورد ورم لنفاوی و گزینه‌های مدیریت موجود پشتیبانی می‌کند. BCLA اطلاعات و منابع آنلاین ورم لنفاوی مانند کتاب، فیلم، لینک‌های وب، اطلاعات مربوط به لباس‌های فشاری، فهرست‌های گروه پشتیبانی و یک پایگاه متخصص مراقبت سلامت ارائه می‌کند.

(Canadian Lymphedema Framework CLF)

[Canadian Lymphedema Framework](#) یک سازمان همکاری با ذینفعان دانشگاهی و بیمار است که برای بهبود مدیریت ورم لنفاوی و اختلالات مربوط به آن در کانادا کار می‌کند. CLF تحقیقات، آموزش و مشارکت با سایر چارچوب‌های ملی و بین‌المللی را فراهم می‌کند.

گزینه‌های درمانی

CLF توصیه می‌کند که بهترین درمان، درمان لنفاوی ضد احتقان توسط یک درمانگر ورم لنفاوی معتبر است. برای اطلاعات بیشتر لطفاً از [درمان \(نظام کانادایی ورم لنفاوی\)](#).

انجمن ورم لنفاوی بریتیش کلمبیا، اطلاعات بیشتری در مورد گزینه‌های درمانی، از جمله ورزش، «نوار حرکتی»، مسواک زدن خشک، مراقبت از پوست و جراحی دارد. برای اطلاعات بیشتر لطفاً به [گزینه‌های درمانی \(انجمن ورم لنفاوی بریتیش کلمبیا\)](#) مراجعه کنید.

درمانگران مجرب و آموزش‌دیده در مدیریت ورم لنفاوی می‌توانند کمک کنند. این درمانگران در زمینه مراقبت از ورم لنفاوی آموزش دیده‌اند، که اغلب به آن تخلیه لنفاوی دستی (MLD) یا درمان احتقان‌زدایی ترکیبی (CDT) می‌گویند. فهرستی از درمانگرانی که این آموزش را دیده‌اند، توسط اداره بهداشت بریتیش کلمبیا و محل آنها در اینجا قابل مشاهده است:

- [فهرست‌های تخصصی آنلاین \(انجمن ورم لنفاوی بریتیش کلمبیا\)](#)
- [یک فیزیوتراپیست پیدا کنید \(انجمن فیزیوتراپی بریتیش کلمبیا\)](#) - بیماران می‌توانند بر اساس فیزیوتراپیست‌های متخصص مراقبت ورم لنفاوی فیلتر کنند

ورم لنفاوی، یک نوع ورم مزمن است که در اثر تجمع مایع لنفاوی هنگام انسداد یا آسیب به سیستم لنفاوی ایجاد می‌شود. این منجر به تورم می‌شود که معمولاً در اندام‌ها مانند پا یا بازو دیده می‌شود که می‌تواند سایر قسمت‌های بدن را تحت تأثیر قرار دهد.

سیستم لنفاوی نقش مهمی در تعادل مایعات بدن و دفاع در برابر بیماری و عفونت دارد. اگر تورم بافت طولانی مدت باشد، به سیستم لنفاوی آسیب می‌رساند. این منجر به ورم مزمن و تغییرات بافتی مانند فیبروز، خطر ابتلا به عفونت‌های مکرر شناخته شده تحت عنوان [سلولیت](#) می‌شود.

چندین علت شناخته شده برای ورم لنفاوی و ورم مزمن وجود دارد، از جمله شرایط مادرزادی، چاقی، ضربه‌های فیزیکی و عفونت.

دو نوع ورم لنفاوی وجود دارد:

- ورم لنفاوی اولیه زمانی رخ می‌دهد که فردی با ناهنجاری یا جهش ژنتیکی در سیستم لنفاوی متولد شود. این باعث تورم در قسمت خاصی از بدن می‌شود
- ورم لنفاوی ثانویه به دلیل صدمه یا آسیب به یک سیستم لنفاوی است که قبلاً کار می‌کرده است. آمارهای اخیر نشان می‌دهد که تا 30 درصد از بیماران پس‌اسرطان پستان در نتیجه جراحی برداشتن غدد لنفاوی، شیمی درمانی و پرتودرمانی، دچار ورم لنفاوی می‌شوند. تشخیص و درمان زودهنگام ورم لنفاوی برای ایجاد فرصتی برای معکوس کردن یا به حداقل رساندن ورم مهم است

منابع ورم لنفاوی

برای اطلاعات بیشتر، چندین منبع و خدمات HealthLink BC برای افراد درگیر ورم لنفاوی وجود دارد:

- [ورم لنفاوی](#)
- [بررسی‌کننده علائم تورم](#)
- [ورم لنفاوی: مدیریت ورم لنفاوی](#)
- [موضوعات مرتبط با خون و لنف](#)
- [اطلاعات و منابع در مورد سرطان برای متخصصان مراقبت‌های بهداشتی](#)
- [افراد مبتلا به سرطان](#)

برای دیگر پرونده‌های اطلاع‌رسانی HealthLinkBC، از www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-files دیدن کنید یا به واحد بهداشت همگانی محل خود مراجعه کنید. برای دریافت اطلاعات و مشاوره بهداشتی غیر اورژانسی در بریتیش کلمبیا از www.HealthLinkBC.ca دیدن کنید یا با شماره 1-800-663-8888 (رایگان) تماس بگیرید. برای افراد ناشنوا و کم شنوا با شماره 1-800-663-8888 تماس بگیرید. خدمات ترجمه به بیش از 130 زبان، بنا به درخواست موجود است.