

VERWIJDEREN VAN LYMFEEKLIJEREN

IN DE OKSEL

Inleiding

De borstkanker heeft zich bij u verspreid naar de lymfeklieren in de oksel. Vanuit deze klieren kan borstkanker zich verder in het lichaam uitzaaien. Daarom is aan u een operatie voorgesteld waarbij de lymfeklieren uit de oksel worden verwijderd. Dit heet 'het okselkliertoilet'. Boven het operatiegebied blijven nog lymfklieren aanwezig. U wordt voor deze ingreep kortdurend opgenomen op de afdeling Chirurgie. In deze folder leest u meer informatie over de operatie.

Vorbereiding op de operatie

Wij vragen u om uw oksel niet meer te ontharen vanaf het moment van bericht van opname tot aan de operatie.

De operatie

Een okselkliertoilet is een operatie die onder volledige narcose plaatsvindt. De chirurg maakt een snede van vijf tot tien centimeter in de oksel en verwijdert via deze opening de lymfeklieren. De chirurg laat een slangetje (drain) achter om het wondvocht af te voeren. Na de ingreep wordt de wond gehecht met onderhuidse hechtingen.

Na de operatie

U wordt na de operatie langzaam wakker in de uitslaapkamer. Hier zijn verpleegkundigen aanwezig die u goed in de gaten houden. In de wond zit een slangetje dat het wondvocht afvoert. Dit heet een drain. U voelt waarschijnlijk weinig pijn omdat u pijnstillende medicijnen krijgt.

U gaat terug naar de afdeling als uw lichamelijke toestand stabiel is. De (zaal)arts komt gedurende uw ziekenhuisopname dagelijks langs om te kijken hoe het met u gaat, of de wond goed geneest en om vragen te beantwoorden. Tevens beoordeelt hij/zij wanneer ontslag medisch verantwoord is. Als u een drain heeft gekregen, zal de verpleegkundige deze 24 uur na de operatie verwijderen.

In het ziekenhuis komt ook een fysiotherapeut bij u langs. U krijgt een aantal oefeningen die ervoor zorgt dat uw schouder goed beweeglijk blijft en ter preventie van lymfoedeem. U krijgt een afspraak mee voor verdere fysiotherapie in het ziekenhuis

of bij een oedeem fysiotherapeut bij u in de buurt, indien hier een indicatie voor is.

U mag 48 uur na de operatie douchen. Dit kan ook met drain. Het gebruik van deodorant is tien tot veertien dagen na de operatie weer mogelijk.

Mogelijke complicaties bij een okselkliertoilet

Geen enkele ingreep is vrij van de kans op complicaties.

Complicaties bij een okselkliertoilet kunnen zijn:

Nabloeding

Incidenteel ontstaat direct na de operatie een nabloeding. Soms is dan een tweede operatie noodzakelijk om de bloeding te verhelpen.

Wondinfectie

Er kan een wondinfectie optreden. Vaak is een antibioticakuur voldoende om de infectie te behandelen, maar soms is het nodig om de wond een beetje open te maken.

Vochtophoping

Soms ontstaat er na de operatie een vochtophoping (seroom). Na de operatie en het verwijderen van de drain(s) komt de vochtproductie in de oksel weer op gang. Het vocht moet weer op een natuurlijke manier zijn weg gaan vinden. Als dit niet meteen lukt, ontstaat er een vochtophoping. Dit is onschuldig. Wanneer de wond door de vochtophoping onder grote spanning komt te staan, wordt met een holle naald het vocht weggezogen. U voelt hier weinig van, omdat de omgeving van de wond nog gevoelloos is. Dit aanprikken kan tot enkele weken na het verwijderen van de drain nodig zijn en gebeurt op de polikliniek door de chirurg. Door het aanprikken bestaat er een risico op infecties, daarom weegt de chirurg zorgvuldig af of het nodig is.

Gevoelloosheid van de huid

Door de operatie kunnen zenuwtakjes beschadigd raken. De huid van de oksel, een deel van de borstwand en bovenarm kan geheel of gedeeltelijk gevoelloos worden. Dit voelt als een 'kussen onder de arm'. In de loop van de tijd wordt het

gevoelloze gebied iets kleiner, maar het zal niet helemaal verdwijnen.

Bewegingsbeperking schouder

Door de operatie kunt u tijdelijk een bewegingsbeperking van de schouder krijgen. Hierdoor kunt u bijvoorbeeld uw arm niet meer zo hoog tillen als voor de operatie. Door een behandeling met fysiotherapie kunt u uw schouder weer goed gebruiken.

Lymfoedeem

Een vervelende complicatie op de langere termijn kan lymfoedeem zijn. Lymfeklieren in de oksel zorgen voor de afvoer van lymfevocht. Bij lymfoedeem wordt het weefselvocht uit de armen niet meer voldoende afgevoerd. Dit vocht hoopt zich in de arm op. Daardoor wordt de hand of arm aan de geopereerde kant dik. Lymfoedeem kan meteen na de operatie optreden, maar ook pas na jaren. Hoe eerder het ontdekt wordt, des te beter is het te behandelen. U kunt lymfoedeem herkennen aan:

- zwelling van de hand of arm;
- zwaar, gespannen of moe gevoel in de arm;
- pijn of tintelingen in de arm, oksel of hand;
- functieverlies of bewegingsbeperkingen van de hand of arm.

De kans op lymfoedeem is niet heel groot (minder dan 10%), de meerderheid van de patiënten krijgt het niet. Door de volgende voorzorgsmaatregelen te nemen, kunt u zelf meehelpen om lymfoedeem te voorkomen.

Zorg voor goede afvoer lymfevocht

- Houdt uw arm iets hoger wanneer u zit of loopt.
- Draag geen knellende kleding of sieraden rond de arm en schouder.
- Draag een goed passende bh met brede schouderbandjes.
- Draag lichtgewicht prothesen bij grotere cupmaten.
- Bloeddruk meten doet u bij voorkeur aan de 'gezonde arm'.

Voorkom wondjes

- Wees voorzichtig met alles waaraan u zich kunt snijden, prikken of branden.
- Draag handschoenen bij ruwe karweitjes (huishouden, tuin) en een vingerhoed bij handwerken.
- Gebruik voor het ontharen van de oksel geen scheermesjes, maar een crème of ladyshave.
- Ontsmet wondjes meteen. Draag daarom altijd een flesje sterilon of betadine bij u.
- Laat in de geopereerde arm zo min mogelijk bloed prikken, een injectie zetten of een infuus aanbrengen; u hebt nog een 'gezonde arm'. Als het echt niet anders kan dan is het toegestaan, maar liever niet.

Zorg voor voldoende beweging en vermijd overbelasting

- U kunt uw arm gewoon gebruiken, maar pas op voor overbelasting. Bij overbelasting wordt extra vocht in uw arm gepompt. Draag bijvoorbeeld geen zware tassen met de arm aan de kant waar uw borst geopereerd is. Probeer uw actieve bezigheden over de dag te verdelen. Vermijd intensieve sporten, zoals bodybuilding of tennis. U kunt bij twijfel de fysiotherapeut om advies vragen.
- Regelmatig bewegen en sporten zijn op zich goed, omdat dit de afvoer van lymfevocht bevordert.
- Houdt uw arm iets hoger als u stil zit of lang wandelt.
- Als u ligt, leg de arm dan hoger dan uw hart.
- Laat de arm niet te lang naar beneden hangen en vermijd langdurig dezelfde houding.

Vermijd extreme temperaturen

- Warmte kan vochtophoping stimuleren. Pas daarom op met bijvoorbeeld langdurig zonnebaden, saunabezoek, een hete douche of bad.
- Ook extreme kou kan lymfoedeem verergeren. Bij kou kan de huid uitdrogen, waardoor kloofjes of scheurtjes kunnen ontstaan. Maak geen gebruik van bijvoorbeeld koude pakkingen op arm of schouder.

Als u meer wilt lezen over lymfoedeem, kijk dan ook eens op www.lymfoedeem.nl. Dit is een website van de landelijke patiëntenvereniging 'Het Nederlands Lymfoedeem Netwerk'. Bij de Borstkanker Vereniging Nederland kunt u voor meer informatie terecht bij de werkgroep Lymfoedeem via info.lymfoedeem@borstkankervereniging.nl.

Contact opnemen bij complicaties

Het is belangrijk om bij roodheid, vocht uit de wond, zwelling van de borst of oksel, of bij koorts boven de 38° Celcius, contact op te nemen.

De uitslag

Al het verwijderde weefsel gaat voor onderzoek naar de patholoog anatoom. Na ongeveer zeven tot tien werkdagen is de uitslag bekend. Tijdens deze controle wordt naar de wond gekeken en krijgt u de uitslagen van het weefselonderzoek.

Leefadviezen voor thuis

Als u naar huis gaat, kunt u de meeste dingen weer zelf, zoals uzelf verzorgen en licht huishoudelijk werk. Het is belangrijk dat u de arm zo veel mogelijk normaal gebruikt. Het is voor de genezing van de wond belangrijk dat u de eerste zes weken geen te zware activiteiten met de arm aan de geopereerde zijde verricht. Hierbij moet u denken aan wat zwaarder huishoudelijk werk in en om het huis, bepaalde sporten en lichamelijk zwaar werk.

Na zes weken kunt u, al naar gelang uw klachten, uw activiteiten weer uitproberen en uitbreiden. Hetzelfde geldt voor werkhervatting. Hierbij speelt natuurlijk ook een eventueel te volgen nabehandeling een rol en hoe u dit emotioneel verwerkt.

Eenmaal thuis ervaren veel patiënten dat ze snel moe zijn. Dit kan komen door een combinatie van de operatie, de narcose en spanningen die de confrontatie met een kwaadaardige tumor met zich meebrengt. Deze vermoeidheid kan een tijd aanhouden. Ook een eventuele nabehandeling heeft hierop invloed.

Vragen

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, dan kunt u contact opnemen met de mammacareverpleegkundige. Zij zijn bereikbaar op werkdagen van 8.00 tot 16.30 uur via telefoonnummer 010 - 893 1874.

Bij spoed kunt u tijdens kantooruren telefonisch contact opnemen met de mammacareverpleegkundige via telefoonnummer 010 - 893 1874.

Buiten kantooruren kunt u telefonisch contact opnemen met de verpleegafdeling Chirurgie, Franciscus Vlietland, via telefoonnummer 010 - 893 3011.

Maart 2019