LA GESTIONE DELL'EDEMA DEGLI ARTI INFERIORI NEL PERIODO ESTIVO

Elena Toma - D.ssa in Scienze Infermieristiche, Wound Care Specialist, Stoma Care Specialist

L'arrivo della stagione calda riporta all'attenzione di tutti una problematica insidiosa che colpisce più frequentemente le donne : la comparsa degli edemi (gonfiore) degli arti inferiori. Per chi ne soffre è importante conoscere quali sono i meccanismi che ne determinano l'apparizione e le conseguenze patologiche a livello dei tessuti per poterle contrastare. Intervenire precocemente per impedire la loro comparsa aiuta a prevenire e/o rallentare l'evoluzione di patologie vascolari e la comparsa di lesioni cutanee.

Nell'ambito *wound care* (dedicato alla cura e trattamento delle lesioni cutanee) la presenza dell'edema è quasi una costante e può determinare l'apparizione di lesioni cutanee che diventano spesso croniche dando notevoli sofferenze al paziente. A volte l'edema può essere la conseguenza di una lesione esistente , ma in entrambi i casi la sua presenza rallenta sempre il processo di guarigione , e influisce in modo negativo sull'emodinamica locale e aumenta la fragilità cutanea. Comprendere l'eziologia e conoscere la fisiopatologia ci aiuta a poterlo gestire adeguatamente con conseguenze positive sui tempi di guarigione.

È più frequente a livello degli arti, specie agli arti inferiori (Foto 1- 3) può essere dovuto a:

- alterazioni o patologie vascolari locali (insufficienza venosa e/o linfatica) ;
- dinamiche post-operatorie in seguito a linfoadenectomia, mastoplastica, mastectomia ;
- processi infiammatori seguenti ai grandi interventi ;
- alla presenza di infiammazione e/o infezione dovute a lesioni cutanee ;
- alcune terapie farmacologiche;
- a patologie sistemiche (renali, cardiovascolari) ;
- infestazione parassitaria ;
- gravidanza.



Foto 1



Foto 2



Foto 3

I pazienti che si rivolgono presso il nostro servizio spesso presentano edema perilesionale o del distretto dove è localizzata la lesione. La richiesta che gli accomuna è di alleviamento dei sintomi e

di miglioramento funzionale dell'arto in caso di edemi di entità rilevante. Il sintomo principale è il dolore che sommato a quello della lesione porta a notevoli disagi per il paziente. Quando l'edema è a livello degli arti inferiori si aggiunge la sensazione di "*gambe stanche*" o "*gambe pesanti*". Uno dei fattori che contribuiscono al peggioramento della sintomatologia e della condizione specifica e è l'aumento della temperatura ambientale nei periodi estivi e pre-estivi.

Rispetto alla causa che lo determina, il linfedema può essere :

- primario (ereditario e idiopatico) legato ad una alterazione congenita linfangioadenodisplasica (sia dei linfatici che dei linfonodi), che si manifesta con un accumulo anomalo di linfa nel tessuto interstiziale, dapprima localizzato (International Society of Lypmphology,2009) e successivamente esteso. È una patologia vascolare cronica evolutiva invalidante .
- secondario la cui origine possa essere attribuita ad una causa nota estrinseca al sistema linfatico – interventi chirurgici, neoplasie, o trattamenti delle stesse, traumi, flebopatie, lipedemi,

È importante dunque, se possibile, prevenire l'edema e gestirlo in modo appropriato immediatamente dopo la sua comparsa senza attendere una spontanea regressione che non avviene nei casi complessi , nei pazienti in età avanzata o in caso di patologie sistemiche non trattate. Alla sua comparsa è opportuno rivolgersi verso un servizio specializzato.

Oggi lo sviluppo di presidi e tecnologie innovative si aggiungono alle metodologie classiche e ci permettono di personalizzare la nostra scelta terapeutica in base alle esigenze individuali del paziente. Inoltre, la collaborazione di varie figure specialistiche permettono un inquadramento diagnostico adeguato e l'impostazione di un valido protocollo terapeutico personalizzato.