

लिम्फेडेमा क्या है:

लिम्फेडेमा प्रोटीन युक्त तरल पदार्थ के संचय के कारण होने वाली ऊतक सूजन को संदर्भित करता है जो आमतौर पर शरीर की लसीका प्रणाली के माध्यम से निकाला जाता है। यह आमतौर पर बाहों या पैरों को प्रभावित करता है, लेकिन छाती की दीवार, पेट, गर्दन और जननांगों में भी हो सकता है

लिम्फ नोड्स आपके लसीका तंत्र का एक महत्वपूर्ण हिस्सा हैं। लिम्फेडेमा कैंसर उपचार के कारण हो सकता है जो आपके लिम्फ नोड्स को हटा देता है या क्षतिग्रस्त कर देता है। किसी भी प्रकार की समस्या जो लसीका द्रव के जल निकासी को अवरुद्ध करती है, लिम्फेडेमा का कारण बन सकती है।

लिम्फेडेमा के लक्षण और लक्षणों में शामिल हैं:

1. अंगुलियों या पैर की उंगलियों सहित, हाथ या पैर के किसी भाग या पूरे हिस्से में सूजन
2. भारीपन या जकड़न का एहसास
3. गति की सीमित सीमा
4. बार-बार संक्रमण होना
5. त्वचा का सख्त और मोटा होना (फाइब्रोसिस)

कारण:

1. **कैंसर** यदि कैंसर कोशिकाएं लसीका वाहिकाओं को अवरुद्ध कर देती हैं, तो लिम्फेडेमा का परिणाम हो सकता है। उदाहरण के लिए, लिम्फ नोड या लिम्फ वाहिका के पास बढ़ने वाला ट्यूमर इतना बड़ा हो सकता है कि लिम्फ द्रव के प्रवाह को अवरुद्ध कर सकता है।
2. **शल्य चिकित्सा / विकिरण उपचार.** कैंसर सर्जरी में, बीमारी फैल गई है या नहीं यह देखने के लिए अक्सर लिम्फ नोड्स को हटा दिया जाता है। विकिरण से लिम्फ नोड्स या लिम्फ वाहिकाओं में घाव और सूजन हो सकती है।
3. **परजीवी.** उष्णकटिबंधीय क्षेत्रों के विकासशील देशों में, लिम्फेडेमा का सबसे आम कारण धागे जैसे कीड़ों से संक्रमण है जो लिम्फ नोड्स को रोकते हैं।

निदान

यदि आपको लिम्फेडेमा का खतरा है - उदाहरण के लिए, यदि आपने हाल ही में अपने लिम्फ नोड्स से जुड़ी कैंसर सर्जरी करवाई है - तो आपका डॉक्टर आपके संकेतों और लक्षणों के आधार पर लिम्फेडेमा का निदान कर सकता है।

यदि आपके लिम्फेडेमा का कारण उतना स्पष्ट नहीं है, तो आपका डॉक्टर आपके लिम्फ सिस्टम पर नज़र डालने के लिए इमेजिंग परीक्षणों का आदेश दे सकता है। परीक्षण में शामिल हो सकते हैं:

- a. **एमआरआई स्कैन.**
- b. **सीटी स्कैन.**
- c. **अल्ट्रासाउंड.**
- d. **लिम्फोसिंटिग्राफी.** इस परीक्षण के दौरान, व्यक्ति को रेडियोधर्मी डाई का इंजेक्शन लगाया जाता है और फिर एक मशीन द्वारा स्कैन किया जाता है। परिणामी छवियों में डाई को लसीका वाहिकाओं के माध्यम से घूमते हुए, रुकावटों को उजागर करते हुए दिखाया गया है।

इलाज:

1. **दवाएं.** लिम्फेडेमा से त्वचा संक्रमण (सेल्युलाइटिस) का खतरा बहुत बढ़ जाता है। आपका डॉक्टर आपके लिए एंटीबायोटिक्स लिख सकता है ताकि लक्षण दिखने पर आप तुरंत उन्हें लेना शुरू कर सकें।
2. **चिकित्सा.** विशिष्ट लिम्फेडेमा चिकित्सक आपको उन तकनीकों और उपकरणों के बारे में सिखा सकते हैं जो लिम्फेडेमा सूजन को कम करने में मदद कर सकते हैं। उदाहरणों में शामिल हैं:
3. **व्यायाम.** हाथ या पैर की मांसपेशियों का हल्का संकुचन सूजे हुए अंग से अतिरिक्त तरल पदार्थ को बाहर निकालने में मदद कर सकता है।
4. **मैन्युअल लसीका जल निकासी.** इस मालिश जैसी तकनीक में प्रशिक्षित चिकित्सक सूजे हुए अंग में फंसे तरल पदार्थ को कार्यशील लसीका वाहिकाओं वाले क्षेत्र की ओर ले जाने के लिए बहुत हल्के दबाव का उपयोग करते हैं। यदि लोगों को त्वचा में संक्रमण, रक्त के थक्के या प्रभावित अंग में सक्रिय कैंसर है तो उन्हें मैन्युअल लसीका जल निकासी से बचना चाहिए।
5. **संपीड़न पट्टियाँ.** पूरे अंग को लपेटने के लिए कम खिंचाव वाली पट्टियों का उपयोग करने से लसीका द्रव शरीर के धड़ की ओर वापस प्रवाहित होने के लिए प्रोत्साहित होता है।
6. **संपीड़न वस्त्र.** क्लोज़-फिटिंग इलास्टिक आस्तीन या मोज़ा लसीका द्रव जल निकासी को प्रोत्साहित करने के लिए हाथ या पैर को दबा सकते हैं। इन परिधानों में अक्सर यह सुनिश्चित करने के लिए नुस्खे की आवश्यकता होती है कि उचित मात्रा में संपीड़न का उपयोग किया गया है।
7. **अनुक्रमिक वायवीय संपीड़न.** प्रभावित हाथ या पैर पर पहनी जाने वाली आस्तीन एक पंप से जुड़ी है जो रुक-रुक कर आस्तीन को फुलाती है, जिससे अंग पर दबाव पड़ता है और लसीका द्रव उंगलियों या पैर की उंगलियों से दूर चला जाता है।

