



VERWIJDEREN VAN LYMFEEKLIJEREN
IN DE OKSEL

De borstkanker heeft zich bij u verspreid naar de lymfeklieren in de oksel. Vanuit deze klieren kan borstkanker zich verder in het lichaam verspreiden. Tijdens een operatie kunnen de lymfeklieren uit de oksel worden verwijderd. Dit heet 'het okselkliertoilet'. U wordt voor deze operatie kort opgenomen op de afdeling. In deze folder leest u meer informatie over de operatie.

Vorbereiding op de operatie

Wij vragen u om uw oksel niet meer te scheren vanaf het moment dat u weet dat u opgenomen wordt, tot aan de operatie. U kunt voor de operatie een heartpillow aanvragen door te mailen naar gerry@heartpillows.nl. Dit is een kussentje dat spanning en druk in de schouder vermindert en helpt bij de vochtbalans. Het kussentje is gratis. U hoeft alleen de verzendkosten van €7,65 te betalen.

De operatie

- Een okselkliertoilet is een operatie die helemaal onder narcose plaatsvindt.
- De chirurg maakt een snee van 5 tot 10 centimeter in de oksel en verwijdert via deze opening de lymfeklieren.
- De chirurg kan een slangetje (drain) achterlaten om het wondvocht af te voeren, dit wordt tijdens de operatie besloten.
- Na de ingreep wordt de wond gehecht met hechtingen die vanzelf oplossen.

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 kan een slangetje zitten dat het wondvocht afvoert. Dit heet een drain.
- U voelt waarschijnlijk weinig pijn omdat u pijnstillende medicijnen krijgt.
- De dag na de operatie komt er een fysiotherapeut bij u langs. U krijgt een aantal oefeningen die ervoor zorgen dat u dat schouder goed kunt blijven bewegen.

Bijwerkingen

Geen enkele ingreep is vrij van de kans op bijwerkingen. De meest voorkomende bijwerkingen bij een okselkliertoilet zijn:

- Direct na de operatie kan er een nabloeding ontstaan. Soms is dan een tweede operatie noodzakelijk om de bloeding op te lossen. Dit komt maar weinig voor.
- Er kan een wondinfectie ontstaan. Soms is het nodig om de wond een beetje open te maken. Maar soms is een antibioticakuur ook al voldoende om de infectie te behandelen.
- Soms ontstaat er na de operatie een vochtophoping (seroom). Na de operatie en het verwijderen van de drain(s) ontstaat er weer vocht in de oksel. Als dit vocht niet vanzelf wegloopt, ontstaat er een vochtophoping. Dit is niet erg. Wanneer de wond door de vochtophoping onder grote spanning komt te staan, zuigt de verpleegkundig specialist of physician assistant met een holle naald het vocht weg. Dit kan tot een paar weken na het verwijderen van de drain nodig zijn.
- U kunt minder of geen gevoel hebben in de huid van de oksel of borst. Dit komt omdat er tijdens de operatie zenuwtakjes beschadigd zijn. Ook in de huid van de bovenarm u minder of geen gevoel hebben. De kans hierop is klein.
- Door de operatie kunt u uw schouder misschien minder goed bewegen. U kunt uw arm bijvoorbeeld niet meer zo hoog optillen als voor de operatie. Met fysiotherapie kan dit behandeld worden. Dit kan u zelf regelen. Meestal kunt u na deze behandeling weer alle bewegingen maken die u voor de operatie kon maken, maar dit lukt niet altijd. De kans dat u uw schouder na het verwijderen van de schildwachtklier minder goed kan bewegen is klein. Voor vragen kunt u contact opnemen met de mammacareverpleegkundige.

Lymfoedeem

Een vervelende complicatie die later kan voorkomen is lymfoedeem. Lymfeklieren in de oksel zorgen voor de afvoer van lymfevocht. Bij lymfoedeem stroomt het weefselvocht uit de armen niet meer goed genoeg weg. 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 ontstaan,

maar ook pas na jaren. Hoe eerder het ontdekt wordt, hoe beter het is 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;
- niet meer kunnen bewegen of gebruiken van de hand of arm.

De kans op lymfoedeem is klein (minder dan 10%). De meeste patiënten krijgen het niet. U kunt een aantal dingen doen om zelf lymfoedeem te voorkomen.

Zorg voor goede afvoer lymfevocht

- Houd uw arm iets hoger wanneer u zit of loopt.
- Draag geen strakke kleding of sieraden rond de arm en schouder.
- Draag een goed passende bh met brede schouderbandjes.
- Draag lichte prothesen bij grotere cupmaten.
- Meet uw bloeddruk aan de 'gezonde arm'.

Voorkom wondjes

- Wees voorzichtig met alles waaraan u zich kunt snijden, prikken of branden.
- Draag handschoenen bij huishoudelijke taken (huishouden, tuin).
- Gebruik voor het scheren van de oksel geen scheermesjes, maar een crème of ladyshave.
- Ontsmet wondjes meteen. Draag een flesje sterilon of betadine bij u.
- Laat in de geopereerde arm zo min mogelijk bloedprikken, een injectie zetten of een infuus aanbrengen. Gebruik hiervoor uw 'gezonde arm'. Als het echt niet anders kan dan is het toegestaan.

Zorg voor genoeg beweging, maar doe niet meer dan u kunt

- U kunt uw arm gewoon gebruiken, maar pas op dat u niet te veel doet. Anders wordt er extra vocht in uw arm gepompt. Draag bijvoorbeeld geen zware tassen met de arm aan de kant waar uw borst geopereerd is. Probeer uw activiteiten over de dag te verdelen. Doe geen intensieve sporten. U kunt bij twijfel de fysiotherapeut om advies vragen.

- Regelmatig bewegen en sporten zijn goed. Dit zorgt ervoor dat lymfevocht wordt afgevoerd.
- Houd uw arm iets hoger als u stilzit of lang wandelt.
- Leg de arm hoger dan uw hart, als u ligt.
- Laat de arm niet te lang naar beneden hangen en vermijd langdurig dezelfde houding.

Vermijd extreme temperaturen

- Ga niet lang zonnebaden, naar de sauna, en neem geen hete douche of bad.
- Zorg ervoor dat uw arm of schouder niet in contact komt met koude voorwerpen.

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

Het is belangrijk om contact op te nemen:

- als er te veel spanning op de wond komt;
- bij roodheid en zwelling van de wond;
- bij koorts hoger dan 38.5° Celcius, die langer dan 24 uur duurt.

De uitslag

Al het verwijderde weefsel gaat voor onderzoek naar de patholoog-anatoom. Na ongeveer 10 tot 14 dagen is de uitslag bekend. De mammacareverpleegkundige belt u na 1 tot 3 dagen om een afspraak voor controle te maken. Tijdens deze controle wordt naar de wond gekeken en krijgt u de uitslagen van het weefselonderzoek.

Het herstel

Als u naar huis gaat, kunt u de meeste dingen weer zelf, zoals uzelf verzorgen en makkelijke huishoudelijke taken. Het is belangrijk dat u de arm zo veel mogelijk normaal gebruikt. Het is voor genezing belangrijk dat u de arm aan de geopereerde

kant de eerste 6 weken niet gebruikt voor zware activiteiten. Hierbij moet u denken aan wat zwaarder huishoudelijk werk in huis en buiten huis, bepaalde sporten en lichamelijk zwaar werk.

Na 6 weken kunt u, als u zich goed voelt, weer meer activiteiten doen. U kunt ook weer rustig aan gaan werken. Dit hangt wel af van een nabehandeling die u misschien krijgt en hoe u dit emotioneel verwerkt. Veel patiënten merken dat ze snel moe zijn als ze thuis zijn. Dit kan komen door een combinatie van de operatie, de narcose en spanningen. Deze vermoeidheid kan een tijd blijven. Dat hangt ook af van een nabehandeling die u misschien krijgt.

Vragen?

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, dan kunt u contact opnemen via BeterDichtbij met de mammacareverpleegkundigen. Als u liever telefonisch contact wilt zijn de mammacareverpleegkundigen bereikbaar op werkdagen van 8.15 uur tot 16.30 uur via telefoonnummer 010 - 893 1874.

Bij spoed volgt u de handleiding op de ontslagkaart die u vanuit de verpleegafdeling heeft meegekregen.

Buiten kantooruren kunt u telefonisch contact opnemen met de verpleegafdeling Short stay, Franciscus Vlietland via telefoonnummer 010 – 893 3080.

Wilt u meer informatie over de behandeling kijk dan op www.franciscus.nl/borstkliniek