

## Η Επίδραση της Ρεφλεξολογίας σε ασθενείς με πόνο και λεμφοίδημα μετά από μαστεκτομή λόγω καρκίνου του μαστού.

Ραπτοπούλου Σ.<sup>1</sup>, Σταυροπούλου Ε.<sup>1</sup>, Σιαφάκα Ι.<sup>2</sup>

1. Κέντρο Πόνου και Παρηγορικής Αγωγής, Αρεταίειο Νοσοκομείο, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Ιατρική Σχολή, Αθήνα
2. Α' Ανασθησιολογική Κλινική, Κέντρο Πόνου και Παρηγορικής Αγωγής, Αρεταίειο Νοσοκομείο, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Ιατρική Σχολή, Αθήνα.

Πρακτικά Συνεδρίου: 18ο Πανελλήνιο Συνέδριο Περιφερειακής Αναισθησίας, Θεραπείας Πόνου και Παρηγορικής Αγωγής – Κέρκυρα, 17-20 Μαΐου 2018

### Περίληψη:

#### Εισαγωγή – Σκοπός

Μεγάλος αριθμός γυναικών που υποβάλλονται σε ριζική μαστεκτομή από καρκίνο του μαστού, εμφανίζουν λεμφοίδημα, πόνο και μείωση της κίνησης του σύστοιχου άκρου.

**Σκοπός της μελέτης μας είναι να παρουσιάσουμε την επίδραση της Ρεφλεξολογίας ως συμπληρωματικής θεραπείας στη μείωση του πόνου και στο εύρος κίνησης του άνω άκρου μετά από ριζική μαστεκτομή λόγω καρκίνου του μαστού.**

#### Υλικό – Μέθοδοι

Στη μελέτη μας συμπεριλάβαμε 6 γυναίκες ηλικίας, 46-69 ετών, που είχαν υποβληθεί σε ριζική μαστεκτομή και εμφάνιζαν λεμφοίδημα, πόνο, αιμωδία, δυσκαμψία και ελαττωμένο εύρος κίνησης στο σύστοιχο άνω άκρο και την ωμική ζώνη. Προσήλθαν στο Κέντρο μας με πόνο έντασης με την κλίμακα VAS=7-10. Σε όλες τις ασθενείς χορηγήθηκε φαρμακευτική αγωγή που τιτλοποιήθηκε σε διάστημα 2 εβδομάδων είτε φτάνοντας στη μέγιστη δοσολογία είτε σταματώντας με την εμφάνιση παρενεργειών.

Η VAS ελαττώθηκε VAS=5-7 ενώ η κινητικότητα του άκρου και το λεμφοίδημα δεν βελτιώθηκαν.

Τότε οι ασθενείς εντάχθηκαν σε πρόγραμμα με 20 εβδομαδιαίων συνεδριών ρεφλεξολογίας διάρκειας 30 λεπτών. Καταγράψαμε τη VAS και την κινητικότητα (σε μοίρες), στην αρχή των συνεδριών, μετά τις 5, 8, και 20 συνεδρίες, την αναφερόμενη βελτίωση του ύπνου και τις παρενέργειες της θεραπείας.

#### Ευρήματα – Αποτελέσματα

Στην αρχή της εφαρμογής της Ρεφλεξολογίας η VAS=5-7 και η κινητικότητα 10-20°. Στις 5 συνεδρίες είχαμε VAS=4-5 ενώ στις 8 VAS=2-3, η απαγωγή του άνω άκρου έχει φτάσει τις 50° χωρίς πόνο ενώ το λεμφοίδημα υποχώρησε αισθητά. Η VAS ήταν ίδια στην 20η συνεδρία, η κινητικότητα σχεδόν φυσιολογική ενώ παρέμεινε ο πόνος του αντιβραχίου σε απότομη έκταση 90° και έξω στροφή.

Ο ύπνος βελτιώθηκε αισθητά, ενώ η δυσκαμψία των αρθρώσεων υπήρχε μόνο κατά την πρωινή έγερση και διαρκούσε λιγότερο από 30 λεπτά. Το λεμφοίδημα είχε υποχωρήσει ολοκληρωτικά.

Σχετικά με τις παρενέργειες, κατά τις 5 συνεδρίες, ο πόνος ήταν σε υψηλά επίπεδα για περίπου 24 ώρες μετά τη συνεδρία και σταδιακά εξασθενούσε. Μετά τις 8 συνεδρίες, το σύμπτωμα του αυξημένου πόνου μετά τη συνεδρία της Ρεφλεξολογίας διαρκούσε περίπου 12 ώρες ενώ μετά τις 20 συνεδρίες ο πόνος διαρκούσε περίπου 2 ώρες.

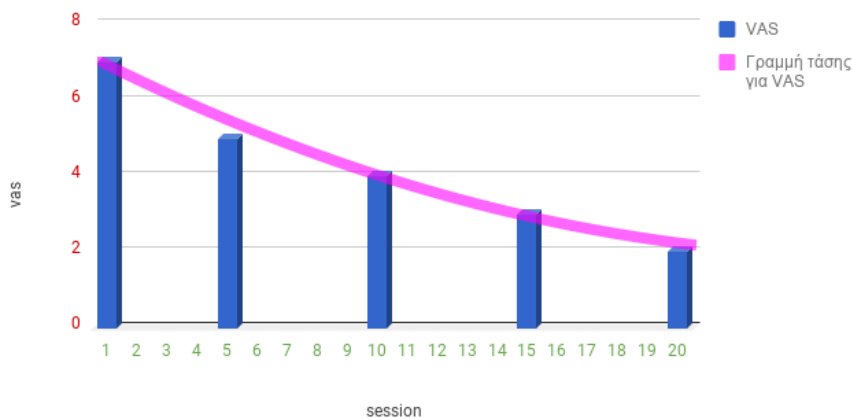
## Συμπεράσματα

Η Ρεφλεξολογία φαίνεται ότι αποτελεί καλά ανεκτή συμπληρωματική αγωγή για την αντιμετώπιση του πόνου και την ταχύτερη λειτουργική αποκατάσταση του σύστοιχου άνω άκρου μετά από ριζική μαστεκτομή.

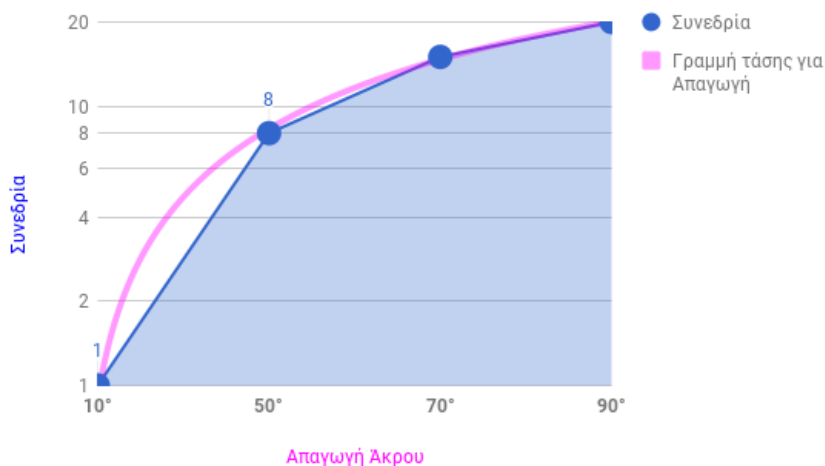
Απαιτείται μεγαλύτερος αριθμός περιστατικών και τυχαιοποιημένες μελέτες για την υποστήριξη των αποτελεσμάτων.

## ΔΙΑΓΡΑΜΜΑΤΑ

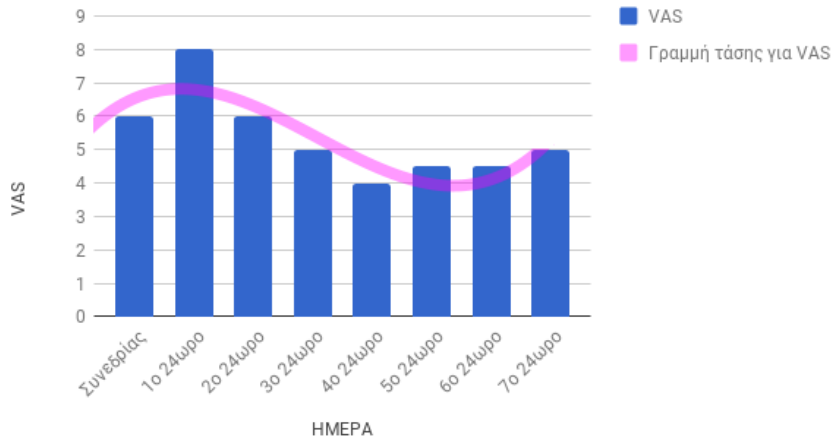
### VAS ανά ΣΥΝΕΔΡΙΑ



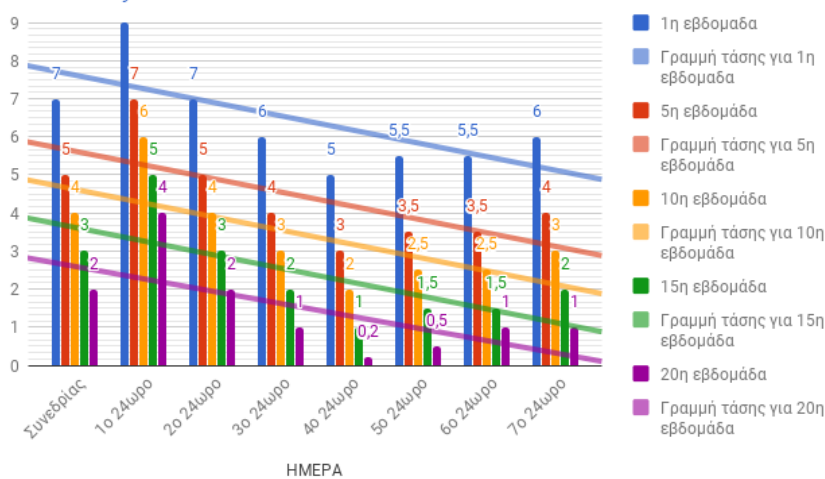
### Απαγωγή Άκρου ανά Συνεδρία



### VAS ανά ΗΜΕΡΑ



### Μέσες τιμές VAS στις εβδομάδες 1-20



### Κλίμακα Πόνου και Κίνησης Άνω Άκρου

