

Phù bạch huyết và phù (sưng) mạn tính Lymphedema and chronic edema (swelling)

Phù bạch huyết là một dạng phù mạn tính do dịch bạch huyết tích tụ khi hệ bạch huyết bị tắc nghẽn hoặc tổn thương. Điều này dẫn đến tình trạng sưng, thường thấy ở các chi, chẳng hạn như cẳng chân hoặc cánh tay và có thể ảnh hưởng đến các bộ phận khác của cơ thể.

Hệ bạch huyết đóng vai trò quan trọng trong việc cân bằng chất lỏng trong cơ thể và bảo vệ cơ thể để tránh bệnh tật và nhiễm trùng. Nếu tình trạng sưng mô kéo dài, nó sẽ gây tổn thương hệ bạch huyết. Điều này dẫn đến tình trạng phù mạn tính và các thay đổi về mô như xơ hóa, có nguy cơ gây nhiễm trùng tái phát được gọi là viêm mô tế bào.

Có một số nguyên nhân gây phù bạch huyết và phù mạn tính đã được biết đến, bao gồm các tình trạng bẩm sinh, béo phì, chấn thương cơ thể và nhiễm trùng.

Có hai loại phù bạch huyết:

- Phù bạch huyết nguyên phát xảy ra khi một người sinh ra đã bị dị tật hoặc đột biến gen ở hệ bạch huyết. Điều này gây ra tình trạng sưng ở một bộ phận cụ thể của cơ thể.
- Phù bạch huyết thứ phát là do tổn thương hoặc chấn thương ở hệ bạch huyết vốn hoạt động bình thường. Số liệu thống kê gần đây cho thấy có tới 30% bệnh nhân sau khi mắc bệnh ung thư vú sẽ bị phù bạch huyết do phẫu thuật cắt bỏ hạch bạch huyết, hóa trị và xạ trị. Điều quan trọng là phải chẩn đoán và điều trị phù bạch huyết sớm để có cơ hội đảo ngược hoặc giảm thiểu tình trạng phù.

Các nguồn tài liệu về phù bạch huyết

Để biết thêm thông tin, có một số nguồn tài liệu và dịch vụ của HealthLink BC dành cho

những người bị phù bạch huyết:

- [Phù bạch huyết](#)
- [Kiểm tra triệu chứng của tình trạng sưng](#)
- [Phù bạch huyết: Kiểm soát Tình trạng Phù bạch huyết](#)
- [Các Chủ đề Liên quan đến Máu và Bạch huyết](#)
- [Thông tin và Nguồn hỗ trợ về bệnh Ung thư dành cho Chuyên gia Chăm sóc Sức khỏe](#)
- [Người mắc bệnh Ung thư](#)

Ngoài ra còn có các nguồn hỗ trợ sau:

Tổ chức Ung thư BC (BC Cancer)

[Tổ chức Ung thư BC - Phù bạch huyết](#) cung cấp chương trình kiểm soát bệnh ung thư toàn diện cho người dân ở B.C.

Tổ chức Ung thư BC có thông tin chung về phù bạch huyết và tờ thông tin cho bệnh nhân về cách giảm và kiểm soát tình trạng phù bạch huyết một cách an toàn.

Hiệp hội Phù bạch huyết British Columbia (British Columbia Lymphedema Association - BCLA)

[Hiệp hội Phù bạch huyết British Columbia](#) là một tổ chức hỗ trợ những người mắc tình trạng phù bạch huyết ở B.C. thông qua hoạt động vận động, nâng cao nhận thức và hiểu biết về tình trạng phù bạch huyết và các phương pháp điều trị hiện có. BCLA cung cấp thông tin và nguồn hỗ trợ trực tuyến về tình trạng phù bạch huyết như sách, video, liên kết đến trang web, thông tin về quần áo bó, danh sách nhóm hỗ trợ và dữ liệu đăng ký của các chuyên gia chăm sóc sức khỏe.

Tổ chức Phù bạch huyết Canada (Canadian Lymphedema Framework - CLF)

[Tổ chức Phù bạch huyết Canada](#) là một tổ chức hợp tác giữa các bên liên quan thuộc giới hàn lâm và bệnh nhân, hoạt động nhằm cải thiện khả năng kiểm soát tình trạng phù bạch huyết và các rối loạn liên quan ở Canada. CLF cung cấp các hoạt động nghiên cứu, giáo dục và quan hệ đối tác với các tổ chức khác ở cấp quốc gia và quốc tế.

Các phương án điều trị

CLF khuyến nghị rằng phương pháp điều trị tốt nhất là liệu pháp thông bạch huyết do một chuyên gia trị liệu chuyên về phù bạch huyết được chứng nhận thực hiện. Để biết thêm thông tin, vui lòng truy cập [Nhân phương pháp điều trị \(Tổ chức Phù bạch huyết Canada\)](#).

Hiệp hội Phù bạch huyết British Columbia có thêm thông tin về các phương án điều trị, bao gồm tập thể dục, “dán băng dán cơ”, chải khô, chăm sóc da và phẫu thuật. Để biết thêm

thông tin, vui lòng truy cập [Các Phương án Điều trị \(Hiệp hội Phù bạch huyết British Columbia\)](#).

Các chuyên gia trị liệu được đào tạo và có kinh nghiệm trong việc điều trị tình trạng phù bạch huyết có thể trợ giúp. Các chuyên gia trị liệu này được đào tạo về chăm sóc cho tình trạng phù bạch huyết, thường được gọi là Dẫn lưu Bạch huyết Thủ công (Manual Lymphatic Drainage - MLD) hoặc Liệu pháp Thông tắc Hoàn toàn (Complete Decongestive Therapy - CDT). Danh sách các chuyên gia trị liệu được đào tạo kỹ năng này, liệt kê theo Cơ quan Y tế BC và địa điểm, có thể được tìm thấy tại đây:

- [Danh sách Chuyên gia Trực tuyến \(Hiệp hội Phù bạch huyết British Columbia\)](#)
- [Tìm một Chuyên gia Vật lý Trị liệu \(Hiệp hội Vật lý Trị liệu British Columbia\)](#) - Bệnh nhân có thể lọc theo các chuyên gia vật lý trị liệu chuyên về chăm sóc cho tình trạng phù bạch huyết.

Để biết thêm các chủ đề của HealthLinkBC File, hãy truy cập www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files hoặc đến đơn vị y tế công cộng tại địa phương bạn. Để có thông tin và lời khuyên y khoa không khẩn cấp tại B.C., hãy truy cập www.HealthLinkBC.ca hoặc gọi số **8-1-1** (miễn phí). Để có sự giúp đỡ cho người điếc và lãn tai, hãy gọi số **7-1-1**. Có các dịch vụ dịch thuật cho hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu.