

ВАЖЛИВІСТЬ РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ ЗАХОДІВ ДЛЯ ПОПЕРЕДЖЕННЯ УСКЛАДНЕНЬ ПІСЛЯ МАСТЕКТОМІЇ

Левков А.А.

Полтавський державний медичний університет, м. Полтава, Україна

levkov.anatolij03@gmail.com

Вступ. Після мастектомії можуть виникати специфічні анатомо-функціональні зміни і порушення, які можна попередити, у тому числі завдяки засобам фізичної терапії.

Мета. Довести важливість реабілітаційних заходів після мастектомії.

Матеріали та методи. Досліджувались найбільш часті ускладнення після мастектомії.

Результати та їх обговорення. Лімфедема — це одна з найскладніших патологій, що розвивається найчастіше. Вона виникає внаслідок порушення току лімфи і закупорки в лімфатичній системі з оперованого боку. Також променева терапія часто ускладнюється фіброзом м'язів і лімфатичних судин. Ці порушення можуть спричинити хворобливі і потенційно виснажливі набряки в руці і на тому боці, де була проведена операція. За даними дослідження, лімфедема розвивається приблизно у 30% з хворих, які перенесли мастектомію. Вона може виникати одразу або через кілька місяців і навіть років після операції. У жінки, якій видалили багато лімфатичних вузлів, існує підвищений ризик розвитку лімфедери протягом усього життя. Це хронічний стан, який потребує постійного нагляду, профілактики і лікування.

Обмеження амплітуди руху в плечовому суглобі. Якщо у післяопераційний період вчасно не розпочати адекватну фізичну терапію, зростає ризик виникнення нееластичного, масивного рубця та порушення нормальної рухової функції плеча з утворенням контрактури (зменшення амплітуди рухів у суглобі).

Больовий постмастектомічний синдром. Як вторинне ускладнення після хірургічного лікування раку молочної залози можливий хронічний біль. Він має неврологічне походження внаслідок травмування нервів, а також м'яких тканин в оперованій ділянці. Такий біль може мати різний характер, інтенсивність, тривалість і локалізуватися в передній частині грудної клітки, пахвовій або у середній частині плеча.

Для подолання цієї проблеми зазвичай призначають комплексну терапію: фізіопроцедури, медикаментозне лікування і засоби фізичної терапії. Науково доведено, що фізичні вправи ефективні для подолання післяопераційного болю. Регулярні заняття допомагають підтримувати

фізичну активність на достатньому рівні, покращують загальний стан здоров'я, поліпшують сон і здатність контролювати біль.

Мультидисциплінарний підхід у фізичній реабілітаційній медицині

Фантомний біль. Це часте відчуття після мастектомії, яке може виникати внаслідок загоєння нервів. Проявляється свербіжем, «повзанням мурашок» або загальною надмірною чутливістю у прооперованій ділянці.

Зазвичай з часом ці скарги зникають самостійно і не є медичною проблемою. Проте іноді доцільно призначити нестероїдні протизапальні препарати, фізичні вправи або масаж.

Порушення постави. Внаслідок видалення молочної залози можуть виникати вагова асиметрія і функціональний дисбаланс м'язів. Щоб уникнути деформації хребта в грудному відділі, крилоподібного випирання лопатки, западання підключичної ділянки та ін., необхідно вчасно розпочинати реабілітацію.

На симпозиумі американського товариства клінічної онкології (American Society of Clinical Oncology's) 2018 р. були представлені результати досліджень, які доводили ефективність раннього післяопераційного фізіотерапевтичного втручання з приводу раку молочної залози. У пацієток, яким проводили фізичну терапію та інформували про те, як покращити рухливість і зменшити вираженість лімфедми, швидше відбувалось відновлення, ніж у жінок, у яких не застосовували фізіотерапевтичні заходи.

Спектр реабілітаційної роботи з пацієнтками після мастектомії є доволі широким, зокрема, це й подолання ускладнень з боку дихальної системи. Після операції можливі посилення секреції бронхіального слизу, спазм бронхів і гортані. Також біль в прооперованій ділянці обмежує нормальну екскурсію грудної клітки. Щоб уникнути легеневих ускладнень, лікувальну фізкультуру необхідно розпочинати ще в передопераційний період. Фізіотерапевт повинен навчити пацієнтку правильному диханню і техніці безболісного відкашлювання після операції. Також потрібно надати інформацію про те, як жінка має себе поводити в ранній післяопераційний період. Окрім цього, важливим є формування навичок безпечних переміщень у ліжку, переходу в положення сидячи, а також вставання.

Висновок. Щоб уникнути ускладнень після мастектомії необхідно вчасно розпочинати реабілітацію.