



LINFEDEMA

Más del 75 % de los pacientes con cáncer de cabeza y cuello (CCC) presentarán linfedema durante o después del tratamiento contra el cáncer. El sistema linfático del cuerpo está conformado por líquido linfático o linfa, vasos y ganglios que trabajan juntos para combatir las infecciones. Cuando la radioterapia o la cirugía afectan el sistema linfático, se altera la circulación normal de la linfa. En consecuencia, se acumula bajo la piel, causando inflamación (hinchazón).

SÍNTOMAS

- Inflamación en cualquier parte de la cara, la cabeza o el cuello, especialmente si al tocarla se siente sólida.
- Dolor, rigidez o disminución del rango de movimiento en el cuello o los hombros.
- Sensación de tensión en la piel o los músculos de la cara, la cabeza o el cuello.
- Aparición de un nuevo dolor, hormigueo, entumecimiento u otras molestias en la cara, la cabeza o el cuello.
- Cambios en la visión o la audición.
- Dificultad para respirar, tragar, comer o hablar.
- Sensación de congestión.
- Dolor en los oídos.

DISMINUYA EL RIESGO

Contribuya a reducir el riesgo de desarrollar linfedema:

- Evite las heridas e infecciones en la cabeza y el cuello.
- Haga ejercicios y mantenga un peso saludable.
- Utilice una mecánica corporal y posición para dormir adecuadas.
- Proteja la piel y manténgala hidratada.
- Evite la ropa ajustada, las bufandas y la joyería alrededor del cuello.

TRATAMIENTO DEL LINFEDEMA

- Drenaje linfático manual (masajes suaves y circulares que promueven el flujo de la linfa fuera de la zona).
- Bombas de compresión neumática o bandas o prendas de compresión alrededor del mentón, la cara y la cabeza para favorecer la reabsorción de líquidos por el organismo.
- Ejercicios para fortalecer los músculos y aumentar el rango de movimiento del cuello y los hombros.
- Autocuidado, que incluye tomar las medidas necesarias para evitar que empeore el linfedema.

PARA MAYOR INFORMACIÓN O PARA HACER UNA DONACIÓN, VISITE WWW.HEADANDNECK.ORG



HEAD AND NECK CANCER
ALLIANCE

PO Box 21688
Charleston, South Carolina 29413
www.headandneck.org | info@headandneck.org
+1 (866) 792-4622

Patrocinado por una subvención de
www.tactilemedical.com

Tactile
MEDICAL®