

癌症病患之淋巴水腫照護

高醫安寧病房
賴麗琴護理師

870592@kmuh.org.tw

108.7.28



大綱



01 認識淋巴水腫



02 運用芳香療法輔助治療



03 淋巴引流與按摩技巧



01

認識淋巴水腫



01 認識淋巴水腫

淋巴系統：由淋巴結及淋巴管所組成的網路系統

微淋
巴管

淋巴管

淋巴結



與血管完全獨立，
來自一層內皮細胞
疊堆而成

微淋巴管下一
站是前淋巴管，
接著是淋巴管

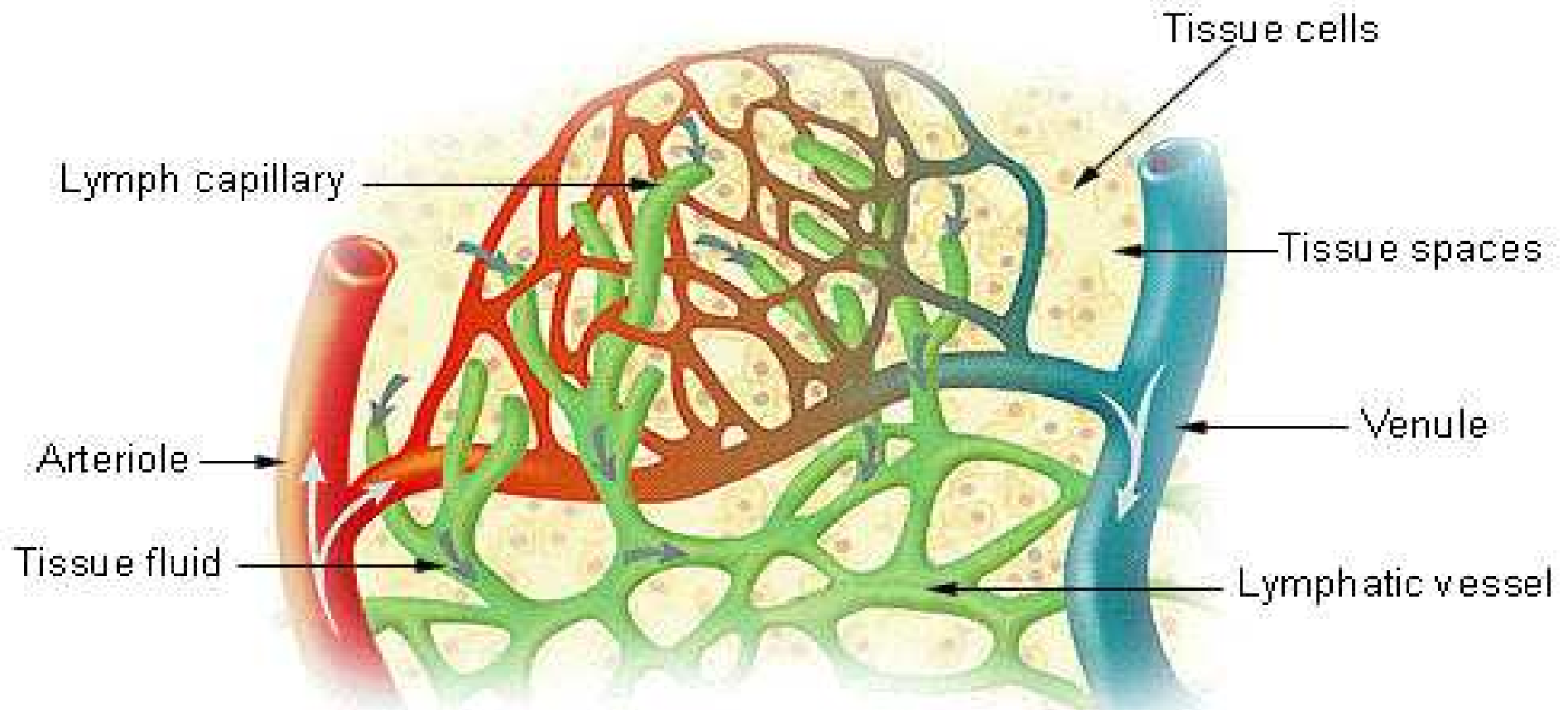
淋巴管間有淋巴結，
聚集處：頸部、腋下、
腸骨、鼠蹊





01 認識淋巴水腫

Lymph Capillaries in the Tissue Spaces

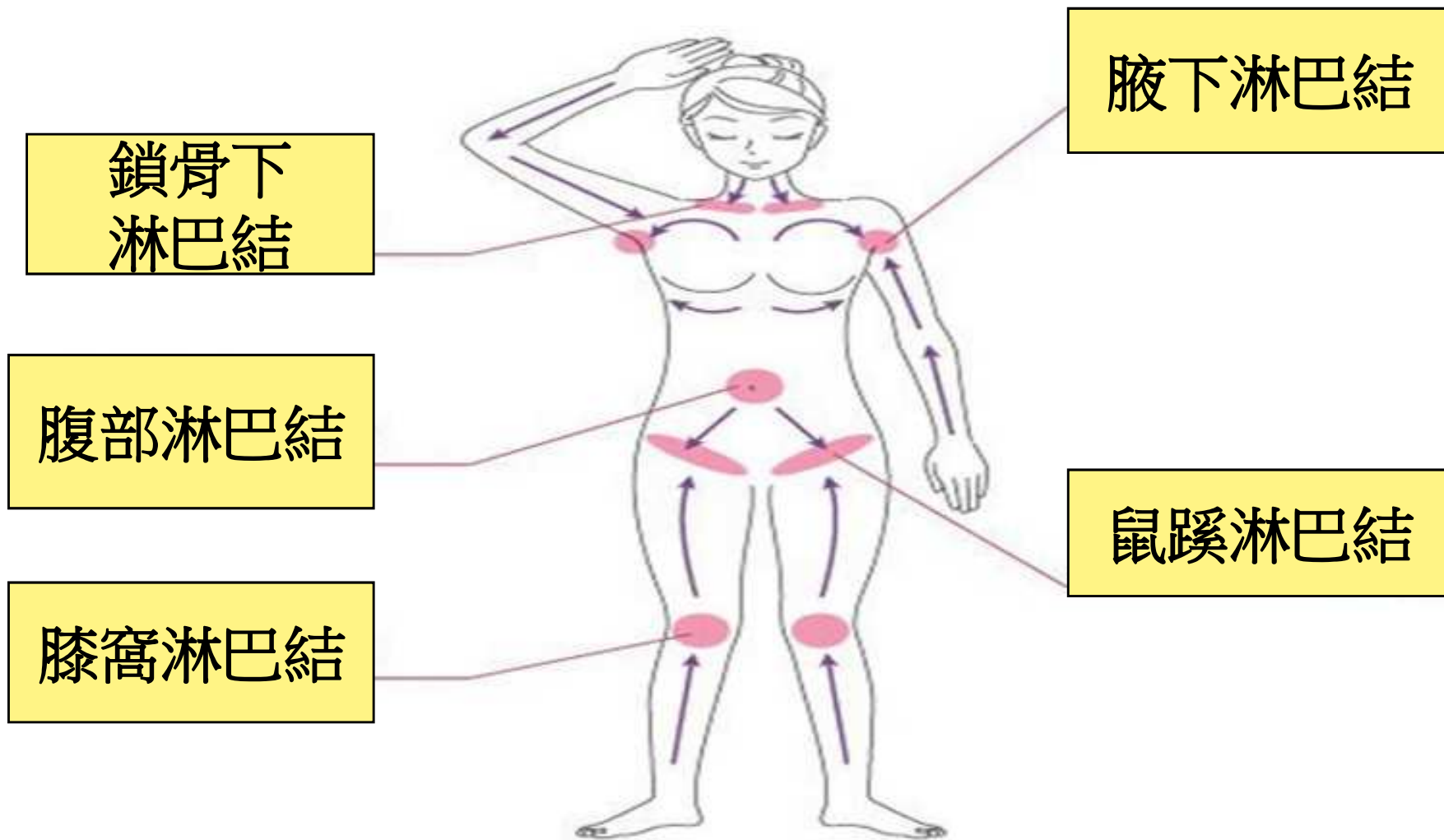


<https://byjus.com/biology/composition-of-lymph>





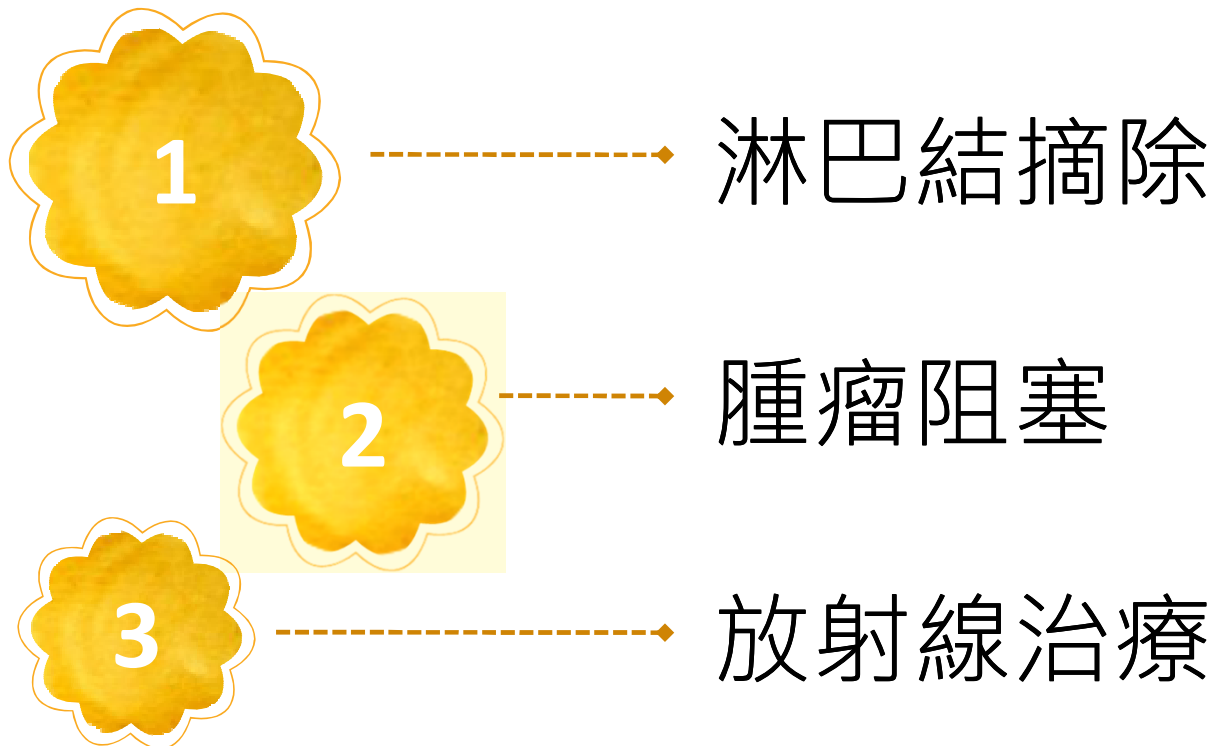
01 認識淋巴水腫





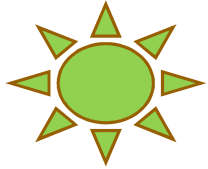
01 認識淋巴水腫

淋巴水腫導因：淋巴系統的運輸功能下降



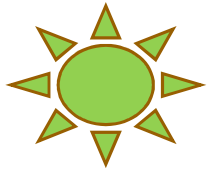


01 認識淋巴水腫



凹陷性水腫

DVT、CHF、
Liver Function



淋巴水腫

Stemmer Sign
Fibrosis





02

運用芳香療法

輔助治療



02 芳香療法輔助治療

芳香精油 注意事項

01 避免眼睛的直接接觸

02 體質弱者以低濃度，小心使用

03 複方精油小於**1%**，注意光敏性

04 接受放射線治療的病人，在治療期間及治療後六周，不適合使用



02 芳香療法輔助治療

精油配置



依照國際芳療學會計算公式：
2X（濃度）× **0.1Y**（毫升）
= 滴數



假設濃度**1%~3%**配製**10**毫升植
物油，則精油總量為**2~6**滴

國際標準滴孔 **20**滴 = **1**毫升



常用精油-喀什米爾高地薰衣草



薰衣草拉丁名**Lavandula**就是清洗，「更新」是薰衣草最經典的功效，促進皮膚細胞再生

常用精油-雪松



促淋巴流動.抗腫瘤【大西洋酮】



常用精油-絲柏



消水腫. 促淋巴液流動

常用精油-乳香



抗腫瘤，促進淋巴流動及生命自然的循環

常用精油-葡萄柚



促進淋巴流動.消水腫



常用精油-甜橙



促進淋巴流動.血液循環.消水腫



常用精油-杜松漿果



利尿排水,排毒,發揮清掃下水道的精神



03

淋巴引流與 按摩技巧



03 淋巴引流與按摩技巧

按摩目的

01

增加淋巴管收縮

02

刺激皮膚，增加淋巴液回流





03 淋巴引流與按摩技巧

按摩禁忌

01 局部急性發炎、血栓靜脈炎

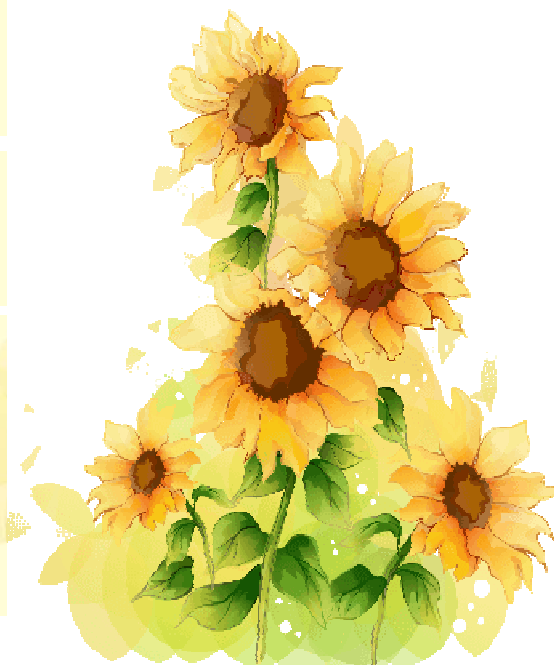
02 局部有感染徵象（紅腫熱痛）

03 皮膚損傷、開放性傷口

04 惡性腫瘤、皮膚或骨骼轉移

05 出血現象、手術後

06 放射線治療部位





03 淋巴引流與按摩技巧

水腫護理

肢體清潔，
預防感染

使用乳液或
複方精油

約15 - 30分鐘



按摩時由遠心向近心



修剪趾（指）甲





03 淋巴引流與按摩技巧

【瑞典式按摩】

19世紀時，斯德哥爾摩的林格Dr.Per Henrik Ling (1776~1839)發明了一種按摩系統，由幾組動作組成：按撫、揉捏、拍擊，放鬆與肌力，受運動員與復健師推崇，目的在促進淋巴流動，由末梢作向淋巴收集管，再作向血液，力道平穩





03 淋巴引流與按摩技巧

按摩技巧

1

按摩運用雙手傳遞關懷的觸摸(**m**assage)

2

按摩的力量以**0-10**分法,可落在**3-4**分

3

按摩壓力小於**30mmHg**, 感覺皮膚被牽扯





03 淋巴引流與按摩技巧

01

洗手

02

核對病人

03

解釋按摩目的

04

維護隱私

05

燈光柔和

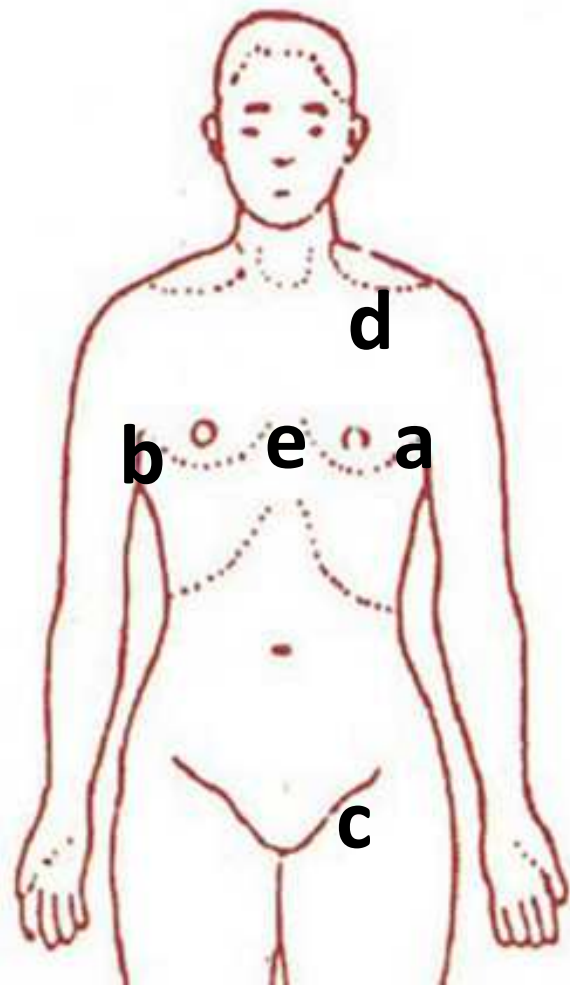
06

放鬆的音樂

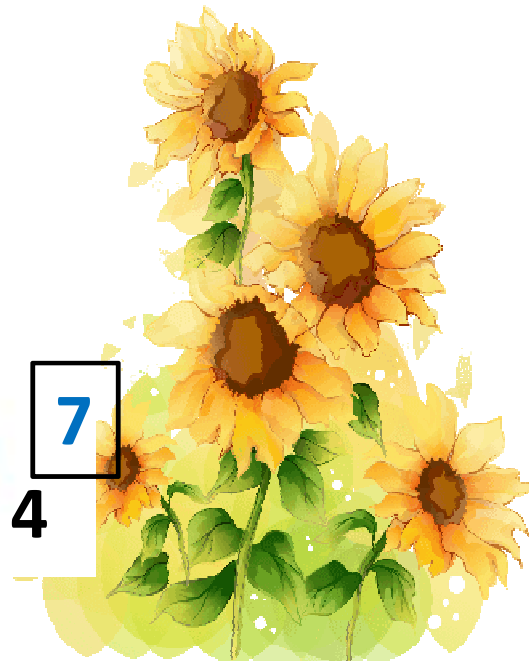
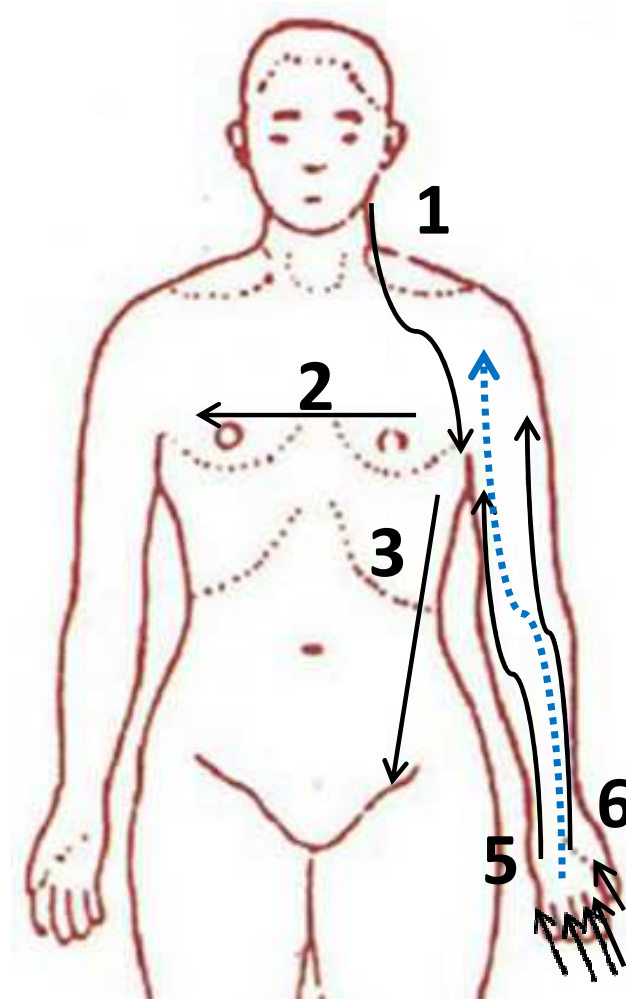


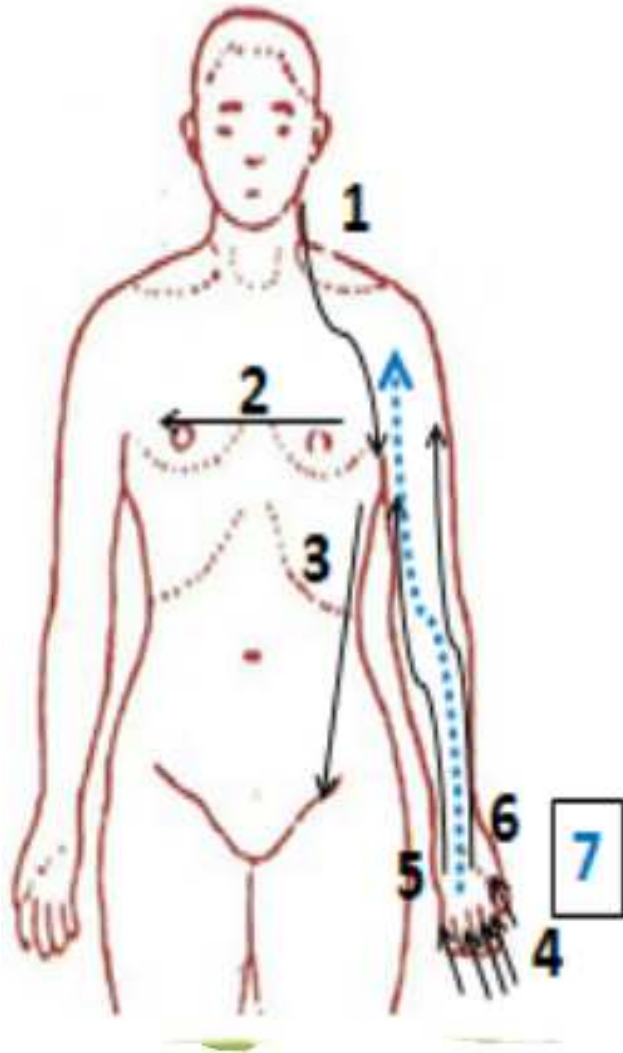
例一. 左手淋巴水腫

開淋巴



淋巴引流



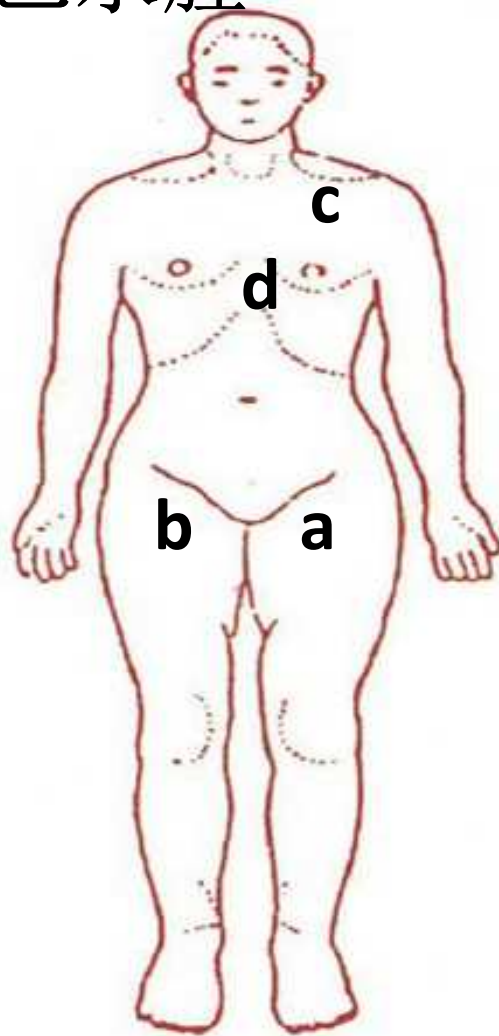


- 1.患側耳下→腋下
- 2.患側腋下→健側腋下
- 3.患側腋下→鼠蹊
- 4.患側每根拇指遠心→近心
- 5.患部尺側→上臂
- 6.患部橈側→上臂
- 7.患側手背下→上

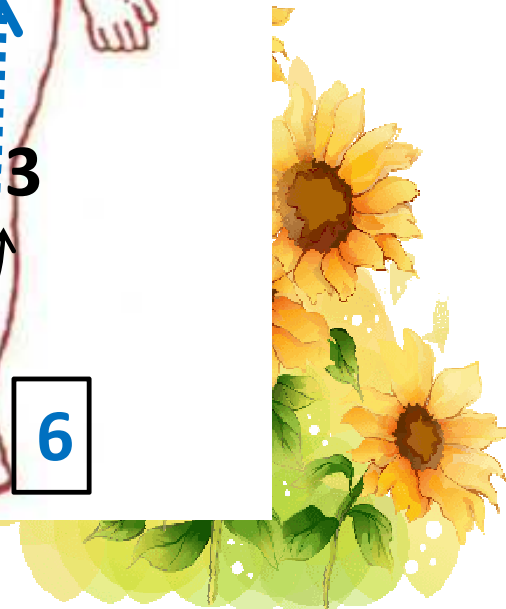
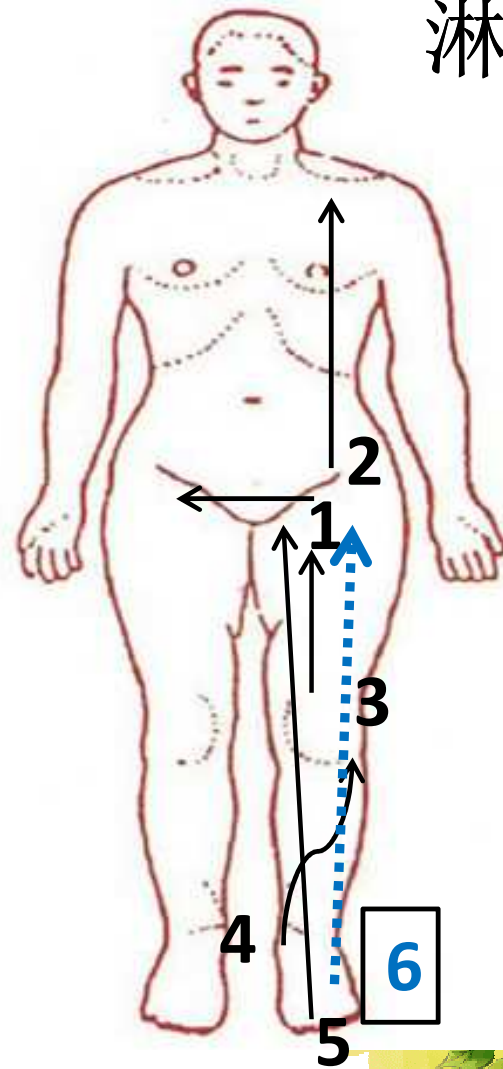


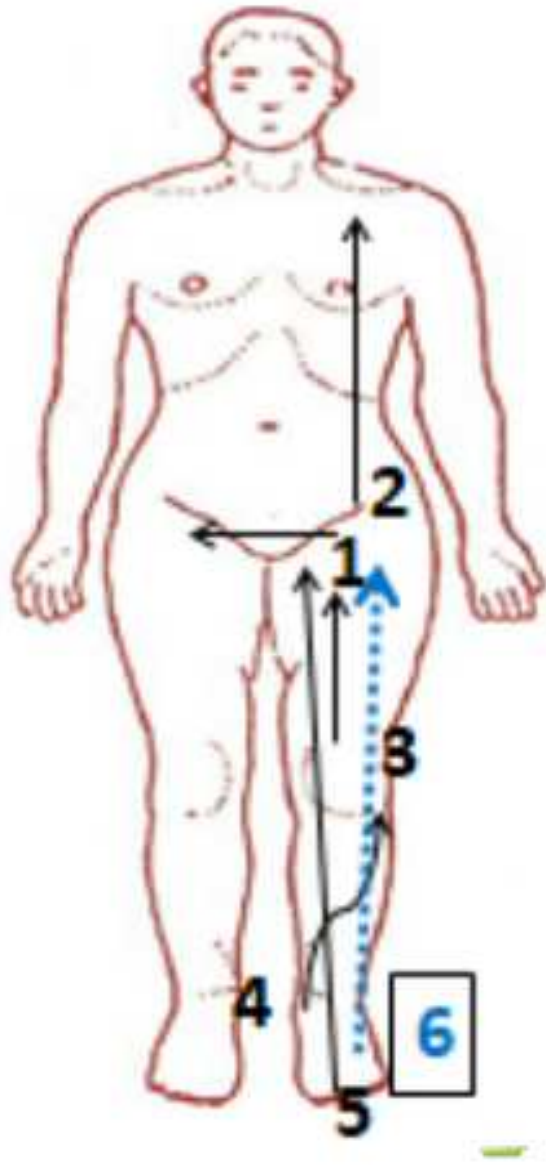
例二. 左腳淋巴水腫

開淋巴



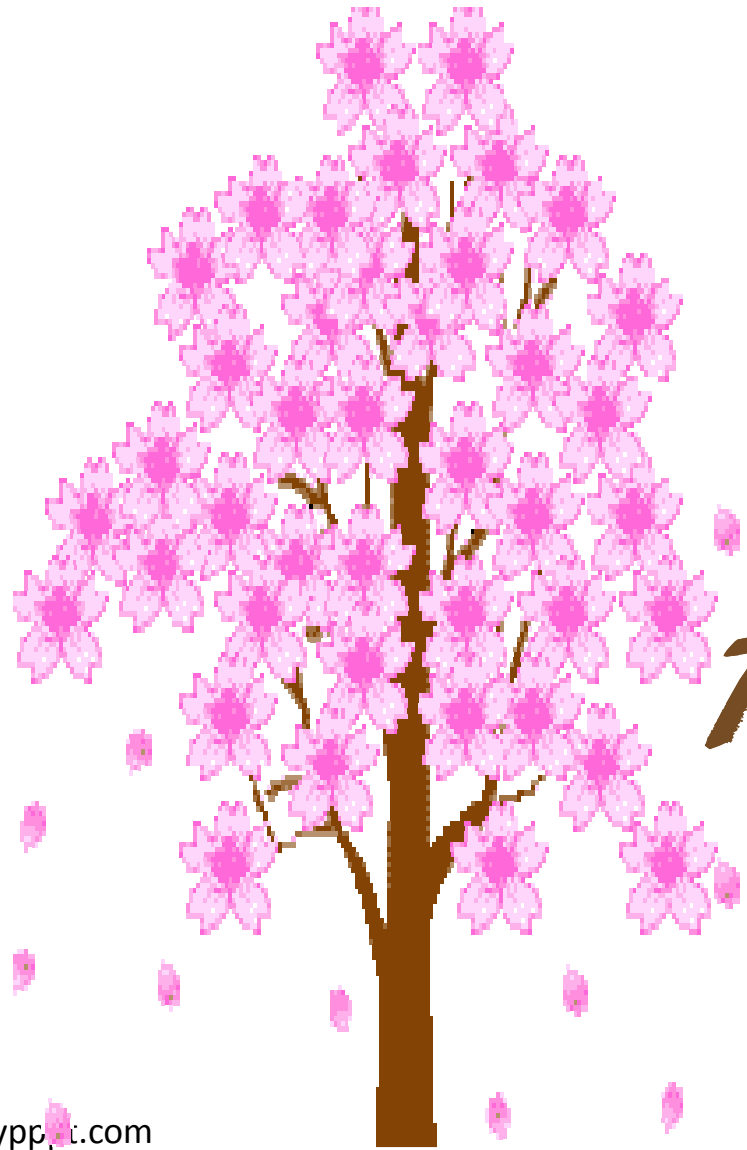
淋巴引流





- 1.患側鼠蹊→健側鼠蹊
- 2.換側鼠蹊→鎖骨下
- 3.患側大腿下→上
- 4.患側小腿下→上→膝窩
- 5.患側足趾→大腿(前面)
- 6.患側足趾→大腿(後面)





Thank you a lot !