

Lymfødembehandling av barn

Reportasjeserie fra FYSIOTERAPEUTEN nr 5 2003

Av Heidi Johnsen heidi.johnsen@fysio.no

Lymfødembehandling av barn

Sist høst arrangerte Skandinavisk Forum for Lymfologi en Nordisk Kongress i onkologi- og lymfødembehandling. Der var blant andre Hans Pritschow og holdt foredrag om det lymfatiske barn. For de fleste tilhørerne var dette ny lærdom og interessen etter foredraget for å vite mer var stor.

FYSIOTERAPEUTEN ville gjerne formidle mer om denne behandlingsmetoden og reiste like godt til Pritschows klinikk, Center of Manual Lymphdrenage, i Waldkirch, som ligger like ved Freiburg i Sør-Tyskland.

Pritschow er utdannet fysioterapeut (1972) og tok etterutdanning i lymfødembehandling i 1977 ved Földi-skolen i Freiburg. Her ledet han i ti år utdanningen. I 1992 startet han sin egen klinikk i Waldkirch.

Pritschow gir foredrag og holder kurs både i Europa og USA.

Lymfedrenasje reduserer operasjon av ører og hals

I Norge får mange barn med øreverk operert inn dren. Stadig flere leger i Freiburg i Tyskland henviser barn med øre- nese- og halsproblemer til fysioterapeut Hans Pritschows klinikk hvor de får lymfedrenasje. De fleste slipper operasjon.

Pritschow forteller at kjennetegnet på lymfatiske barn er at de lett blir angrepet av infeksjoner. De puster gjennom munnen, er hoven i svelg, munn og neseregion og de har ofte nedsatt hørsel på grunn av væskeansamlinger i mellomøret. Det siste skyldes oppsvulminger av drenasjonsveiene som normalt fører væsken ned i svelget. Hevelsen fører også til press på det indre øret. Barna snorker ofte når de sover, og mange er utmattet og slitne om morgenen på grunn av urolig søvn. Den tette nesen gjør at barnet får en nasal uttale, og enkelte kan ha problemer med å bli forstått når de snakker "i nesen".

– Når barnet puster gjennom munnen fører det til tørre slimhinner. Tørre slimhinner gir lett grobunn for opphoping av bakterier og kan være årsak til gjentakende infeksjon i nese og halsregionen, som igjen ofte etterfølges av mellomørebetennelse. En vanlig forkjølelse varer vanligvis tre til fire dager hos friske barn. Hos lymfatiske barn kan en forkjølelse vare i tre til fire uker. Et resultat av disse forkjølelsene er ofte hovne slimhinner i halsregionen og opphovne mandler, sier Pritschow.

Ulike måter

Behandlingen går trinnvis. Først tar Pritschow en prat med den av foreldrene som følger barnet,

vanligvis mor.

– Vi forklarer og beskriver funksjon og oppbygging av lymfesystemet rundt øre-nese-hals-regionen. Omsorgspersonen skal forstå at hevelsen i slimhinnen strammer/snører sammen hulrommet i øre-nese-halsregionen, hindrer ventilasjon av bihulene og at sekresjonsdrenasjen ut av mellomøret blir hindret. Det er dette som fører til press i øret og som gir øreverk hos barnet, forteller Pitschow.

Hjemmelekse

I hjemmelekse skal barnet selv, eller ved hjelp av foreldre, avhengig av alder, passe på munnhygien. Etter hvert måltid

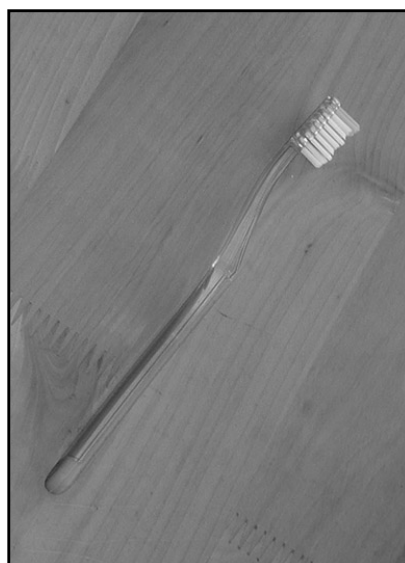
skal tennene pusses godt. Pritschow anbefaler minst ett minutt grundig puss av tennene. Han oppfordrer også barnet til å fylle munnen med vann og spytte, noe kanskje ikke alle foreldre liker, men fyll munnen og spytt – gjentatte ganger i vasken. Det er trening for å puste gjennom nesene. Barnet skal så tre ganger om dagen få en sukkerfri tyggegummi. – Når barnet tygger tyggegummi, er det tvunget til å puste gjennom nesene og vanemønstret med å puste gjennom munnen brytes. Tyggeprosessen stimulerer lymfenes pumpemekanisme. Våre forsøk viser at symptomene forsvinner etter 15 behandlinger, og hos noen etter 20. I noen få tilfeller kommer symptomene tilbake i kalde og fuktige årstider og behandlingen må gjentas.

Undersøkelser og mål

Når Pritschow starter behandlingen, tar han utgangspunkt i pasientens historie. Observasjoner og undersøkelser gjøres ut fra kliniske funn og ut fra samaler. Et avvik i kjeven blir ofte sett på som en tilleggs-komplikasjon og må behandles av en tannlege. Dokumentasjonen viser at effekten av terapi senere kan bli brukt som bevis for kvalitet. Terapeutens mål og plan blir diskutert og formulert sammen med mor eller far. – Vi behandler vanligvis en gang i uka og gjennom terapi-prosessen registrerer vi nøye kliniske funn og enhver forandring i barnets form. Behandlende lege blir informert etter ti behandlinger. Glem ikke den

Munnhygiene.

Tannbørste og tyggegummi er viktige i behandlingen



siste undersøkelsen og å sammenligne resultatene med de mål som ble inngått da vi startet behandlingen, sier Pritschow.

Selve terapien

Pritschow påpeker at det er viktig å forsikre seg om at barnet ikke har noen infeksjoner når massasjen starter opp. – Resultatet av manuell lymfedrenasje er at ødemet på slimhinnene i øre-nese-hals-regionen reduseres og gjør det gradvis mulig å puste normalt gjennom nesene, sier han. Etter å ha behandlet hals og ansikt, tar Pritschow på hanske

for å massere på innsiden av munnen. Han forklarer dette med at barn ofte har hovne slimhinner i ganen og i øre-nese-hals-regionen.

– Masasje på innsiden av munnen er svært viktig for å redusere oppsvulmingen i øre-nese-hals-regionen og for at barnet kan puste på naturlig måte – gjennom nesene, sier Pritschow. Behandlingen tar rundt en halv time og det er ikke unaturlig at barnet sovner under behandlingen.

Fysioterapeuten understreker at en av de viktigste faktorene for et effektivt behandlingsopplegg er en uforstyrret arena, uten unødvendig prat og annen støy. – Vi ber omsorgspersonen om å vente utenfor behandlingsrommet så fort barnet er blitt fortrolig med terapeuten. Terapeuten skal ha all sin oppmerksomhet rettet mot barnet, understreker han.

Barnet skal også trene den normale pusten gjennom nesene.

– Vår tanke er en optimal luftgjennomstrømming av lungene. Husk hvilken stor innflytelse pusten har på selve lymfangiomotorikken. Vi må eliminere den grunnleggende feilen – nemlig å puste gjennom munnen.

Resultater

Hvilke resultater gir terapien?

– Vi ser at motstanden mot infeksjoner øker. Vi erfarer blant annet at vått hår og våte klær, eller forkjølte barn i omgivelsene ikke behøver å smitte barnet. Får de en forkjølelse, varer denne ikke i ukevis som tidligere, men forsvinner etter noen

fortsettes neste side

Lymfedrenasje reduserer ..

... fortsatt fra forrige side

dager. Jeg kan også vise til positive forandringer i forhold til snorking og signifikant bevis i hørselstester, sier Pritschow. Han mener resultatene taler for seg selv og viser til at flesteparten av barna som kommer til behandling har fått dato for operasjoner for å operere bort mandlene, fjerne polypper eller legge inn dren i ørene.

– Etter å ha utført den beskrevne fysioterapien, viser det seg at slike inngrep er unødvendige. Derfor anbefaler vi i dag på det sterkeste at før det blir gjort kirurgiske inngrep, bør en bruke denne formen for fysioterapi, som ikke har noen bivirkning, på barn. For de som ikke får det forventede resultat, er operasjon en utvei.

Dokumentasjon

Pritschow sier det er vanskelig å lage dokumenterte studier av behandlingen for å dokumentere at den hjelper. Men han viser til en analyse han gjorde i 1988 hvor 50 barn var med, 27 gutter og 23 jenter, i alderen tre til åtte år. De fleste var fire år.

– 12 av barna som ble behandlet hos oss hadde allerede hatt et operativt inngrep. Fire av disse hadde operative inngrep på trommehinnen, en hadde lagt inn dren. I tre av tilfellene hadde inngrepene skjedd et år før de kom til behandling, i ni tilfeller for flere år siden, forteller Pritschow.

I de andre 38 tilfellene var operasjon allerede planlagt. Undersøkelsen viste at gjennomsnittlig 15 behandlinger ga et vellykket resultat. Hos 8 barn ble

behandlingen avbrutt. Årsaken til dette var at de ukentlige behandlingene ble for slitsomme for mor å følge opp. Andre trodde ikke behandlingen hjalp, og i noen tilfeller ville ikke barnet la seg behandle.

– Jeg mener den viktigste dokumentasjonen er alle barna som er blitt kvitt sine problemer og fornøyde foreldre som anbefaler andre i samme situasjon å prøve dette. For oss har det hatt stor betydning at legene har innsett at det er mulig å skåne en del barn for operative inngrep ved å rekvirere denne behandlingen. For enkelte barn kan det ta tid å bli bra. De må gjenta behandlingen, men slik er det i andre behandlinger også. Menneskene og diagnosene er forskjellige, sier Pritschow.

Glade tenåringer

Pritschow vil gjerne vise FYSIOTERAPEUTEN at hans behandling virker og tar oss med til et tvillingpar som i dag er 14 år. Det som skjedde for ti år siden er mer eller mindre glemt av de to. I dag er Lisa og Lucas to friske tenåringer som ser lyst på det meste.

Da de var fire, var ikke livet like lett for familien Brono Engelhard. Lisa hadde problemer med polypper i halsen og plager med høyre øre. Lucas hadde vond og hoven hals og polypper bak nesen. Han snorket og sov urolig.

– Legen vi gikk til sa til slutt at det eneste som ville hjelpe de to barna var operasjon for å legge inn dren i øret til Lisa og eventuelt ta de betente

mandlene hos Lucas. Dette var vi skeptiske til, forteller Brono Engelhard.

Tilfeldigheter

På den tiden slet far med en vond rygg og gikk til fysikalsk behandling hos Pritschow.

– Jeg nevnte tvillingenes problemer til fysioterapeuten. Pritschow sa da at en mulighet var å prøve lymfemassasje. Jeg nevnte det for barnas lege som mente det var OK å prøve,

forteller faren.

Behandlingen startet først opp med behandling to ganger i uken. Etter tre behandlinger ble det tatt en hørselstest på Lisa. Den viste at hun hørte mye bedre. Legen var svært overrasket over at forandringen skjedde så rask.

Reduserte plager

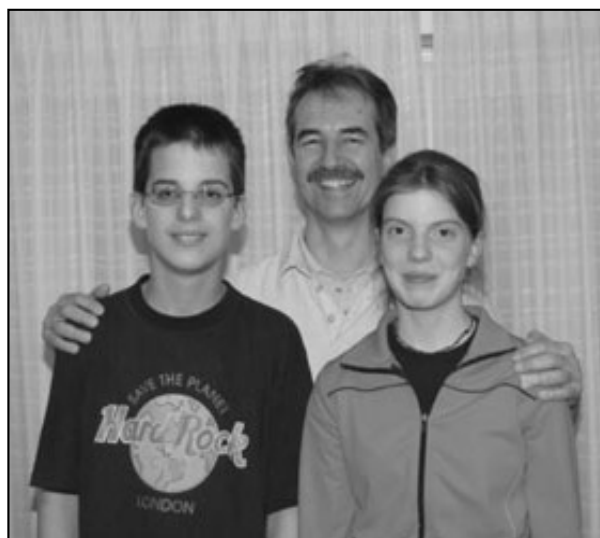
Lucas fikk bedre pust ved at han gradvis gikk over fra å

puste med åpen munn til å puste gjennom nesene.

Problemerkene med hovne mandler og hovne hals ble sterkt redusert.

– Hos begge barna så vi et klart bevis på at behandlingen hjalp. Forkjølelser som hadde vart i ukevis ble sjeldnere. Når de kom, varte de i to til fire dager. For oss foreldre var det vanskelig å forstå hva som skjedde. Men vi fikk forklart at massasjen setter i gang prosesser i kroppen under behandlingen, sier Engelhard. Tvillingene gikk til jevnlig behandling i ett år, og i dag er dette historie.

– De er som alle andre unge,



Tvillingproblemet. Hans Pritschow med tvillingene Lisa og Lucas som han behandlet for ti år siden.

Foto: Heidi Johnsen

sier faren. Tenåringene ler og overlater til faren å snakke engelsk.

Engelhard forteller også at legen som behandlet barna ble

så overbevist at han senere anbefalte andre foreldre å prøve denne typen behandling før det ble foretatt kirurgiske inngrep.

Mamma, jeg hører når du hvisker!

4-årige Alina blir massert i ansiktet av terapeut Ulli Schwarz. Det er siste behandlingen denne gangen og det er nesten helt stille rundt oss. Det eneste vi hører er pludringen av Alinas ti måneders gamle lillebror som venter sammen med mor på venterommet. Schwarz begynner med forsiktig massasje i ansiktet og beveger hendene mykt nedover halsen.

– Jeg vil bare si ”hallo” til Alina, svarer hun lavt og rolig på vårt forsiktede spørsmål hvorfor. Hun fortsetter massasjen rundt munnen og oppover på begge sider langs linjene opp mot nesene. Alina puster dypt og rolig. Terapeuten forteller at stillheten rundt behandlingen er viktig, fordi barn omgir seg med støy hele dagen. Hendene fortsetter med langsomme og myke bevegelser oppover ansiktet og rundt øynene, som Alina har lukket etter å ha tittet en stund nysgjerrig på tredje person i rommet. Etter hvert gjesper

fortsettes neste side



– Jeg hører hva du hvisker til meg, sier Alina til sin mor.

Foto: Heidi Johnsen

Mamma, jeg hører ...

... fortsatt fra forrige side



Vellykket behandling. Terapeut Ulli Schwartz behandler Alina for sine øreproblemer.

Foto: Heidi Johnsen

hun, men "vekkes" når Schwarz ber henne åpne munnen slik at hun kan massere i munnhulen.

Deretter må Alina sette seg opp. Fotsålene skal også masseres. I dag vil ikke Alina ta av seg strømpebuksen, men det går bra å massere med den på. Schwarz forklarer at det er lymfatiske reflekser i bena som påvirker lymfesystemet i øre-nese-hals-regionen. Så setter Schwarz og Alina seg på knærne på benken og gjør samme øvelsen som består i å holde for ene neseboret og blåse skikkelig ut gjennom det andre.

– Ferdig, sier terapeuten og løfter Alina ned fra benken. Jentungen løper ut og omfavner mamma og lillebror.

Et stort under

Mamma Felizia Trosin forteller om en jentunge som er blitt totalt forandret de siste tre-fire

månedene. I desember i fjor oppdaget foreldrene at Alina ikke hørte når de snakket til henne.

– Først trodde jeg hun ikke var villig til å høre. Det skjedde mye rundt henne. Hun fikk en lillebror og var svært sjalu. I tillegg flyttet vi til et nytt sted. Først trodde jeg hun ignorerte meg og ikke ville høre på meg. Jeg ble sint. Noen ganger skrek jeg til henne at hun måtte høre. Hun ble lei seg og gråt og sa:
– Mamma, jeg har ikke hørt at du har snakket til meg, forteller moren.

Etter hvert skjønte moren at noe var galt. Hun tok Alina med til en lege, som også var homeopat, for å finne ut om det var noe galt med ørene. Han fant ingen ting og sendte oss til en spesialist som fant forklaringen på Alinas manglende hørsel: vann i mellomøret. Spesialisten anbefalte operasjon raskt.

– Vi var skeptiske, gikk tilbake til homeopaten og fikk medisin. Han anbefalte oss også å prøve lymfedrenasje og ga oss telefonnummeret til Hans Pritschow. For å gjøre en lang historie kort: etter tre-fire behandlinger merket vi stor forskjell. Vi gikk tilbake til spesialisten.

– Vannet er borte, sa han overrasket og ba om adressen til Pritschow, forteller Felizia Trosin.

Dagens behandling er siste av ti og Alina hører, også når mamma hvisker. Moren forteller at Alina fortsatt vil gå til behandling hos homeopaten om det er nødvendig.

Åpnet seg

Neste pasient er ni-årige Barbara, som går til behandling hos Karin Stoyerr. Moren, Gaby Dornia, forteller at datteren har hatt problemer med nese og hals siden hun var tre

år. Det største problemet har vært å puste gjennom nesene. Det førte til at hun snorket. Dette i tillegg til tannregulering forverret problemet for Barbara slik at hun snakket utydelig og var vanskelig å forstå. Dette gjorde henne tilbakeholdende og sjenert.

– Etter at hun begynte i behandling på Hans Pritschows klinikk er hun blitt mye bedre, forteller moren. Dette er andre behandlingsrunden.

Karin Stoyerr forteller at de første gangene Barbara var til behandling sa hun ikke et ord.

– Femte gangen kom ei ”ny” jente hoppende inn og sa ”Hello”. Siden da har hun pratet og vært åpen og imøtekommende og vi har fin kontakt. Barbara er også mer klar på hva hun vil og ikke vil, forteller terapeuten.

Kronisk plage

Barbara, som får samme typen behandling som lille Alina, sier at det er blitt mye lettere å puste gjennom nesene.

– Ikke så rart at du ikke fikk puste gjennom nesene. Du husker hvordan nesene din rant og rant etterhvert som vi behandlet deg

og fikk ut all væske som hadde samlet seg.

Dorina ble også henvist til Pritschows klinikk av homeopaten som behandlet datteren. Moren som også er homeopat, var skeptisk til tradisjonell behandling og medisinerer. Hun har også gitt datteren homeopatisk medisin i perioder hvor hun har vært spesielt plaget. Barbaras lymfødempromblem betegnes som kronisk. Selv om hun er bra nå etter snart to omganger med behandling, svarer Stoyerr ”kanskje” på spørsmål om jenta kan bli helt frisk.

– Klart vi kan!

Kristin Ruder er spesialist i onkologisk fysioterapi og lymfødem. Hun oppfordrer fysioterapeuter som har mulighet til å sette i gang med slik behandling.

– Vi har kunnskap og kan utføre denne behandlingen, men har ikke praktisert på barn. Nå kan dette komme på dagsorden. Vi som jobber på dette feltet i dag bruker mesteparten av vår tid til å behandle kreftpasienter. Ut fra et samfunnsøkonomisk perspektiv, er dette noe å gripe fatt i. Vi vet at det er mange barn som sliter med slike problemer og ikke får den hjelpen de trenger, sier Ruder.

Hun påpeker at i dag er samarbeidet lege og fysioterapeut viktig i forhold til henvisning, men hun oppfordrer fysioterapeuter med kompetanse til å starte opp, for så å bevise at dette er en behandling som hjelper.

Her får du mer informasjon: www.lymfologi.no



Nytt styre i Faggruppe for Onkologisk Fysioterapi og Lymfødembehandling

Det nye styret for 2003-2004 er:

Leder Helen Natvik

Nestleder Inger-Lise Nesvold

Sekretær Lisbeth Presthus

Kasserer Ian Swanstrøm

Styremedlem Kristin Høvdø

Varamedlemmer Britt Carlsen og Hanne Paltiel

Spesialkompetanse i lymfødembehandling

Lymfeposten minner om Norsk Lymfødemprombeningss landsoversikt over fysioterapeuter som har tatt etterutdanning i komplett fysisk lymfødembehandling.

Oversikten oppdateres løpende og er å finne i siste utgave av Lymfeposten (nr 4) hvert år.

epj