

שיקום לאחר ניתוח וטיפולים למחלת סרטן השד

ג'יליאן (ג'יל) ברכה MScPT

מטפלת לימפאדמה, מורה מוסמכת לטיפול בלימפאדמה לפי שיטת כסלי-סמיט. מכון פיזיותרפיה פרטי, מעגן מיכאל, ישראל. מייל: jillianbracha@gmail.com

בכל שנה מאובחנות בישראל כ-4500 (92/100,000) נשים עם מחלת סרטן שד¹. הטיפול כולל בדרך כלל ניתוחים להוצאת הגידול, טיפול קרינתי, כימותרפיה וטיפול תרופתי. החזרה לתפקוד רגיל ולשגרה לאחר סיום הטיפולים עלולה להיות תהליך ארוך ומורכב. תהליך זה מעוכב לעיתים עקב הופעת תופעות לוואי שנובעות בין היתר מכריתת קשריות לימפה, מצלקות מהניתוח ומקרינה, משינויים בתחושה בגפה העליונה ומהגבלות בטווחי התנועה של מפרק הכתף. להתערבות של פיזיותרפיסט יכולה להיות תרומה רבה גם במניעת התפתחות תופעות לווי וגם בטיפול לאחר הופעתן.

אחת מתופעות הלוואי המוכרות היא בצקת לימפתית של היד. עד כ-30% ממטופלות סרטן שד, שעברו ניתוח עם הוצאת בלוטות לימפה, עלולות לפתח בצקת ביד² ועד כ-10% אחרי הוצאת בלוטת הזקיף בלבד³. הטיפול בנשים שפיתחו בצקת לימפתית נמצא בסל הבריאות וניתן על ידי פיזיותרפיסטים שעברו הסמכה מלאה לטיפול לימפתי. הטיפול ניתן במכוונים לפיזיותרפיה של הקופות או על ידי פיזיותרפיסטים עצמאיים. המודעות לבעיה גבוהה תודות למחקר, לפרסום מסמכים מסוג best practice, למידע שמופץ לציבור דרך האינטרנט ולפעילות של עמותות כמו עמותת הלימפאדמה הישראלית והאגודה למלחמה בסרטן.

בניגוד למודעות הגבוהה להתפתחות בצקת לימפתית, המודעות להתפתחות תופעות לוואי אחרות נמוכה. לדוגמא, קיימת מעט מאד מודעות לבצקת ברקמת השד לאחר הוצאת גידול ולאחר טיפול קרינתי, למרות שעד כ-70% מהמטופלות סובלות מבצקת שד במשך השנה הראשונה לאחר הניתוח⁴ ועד כ-10% מהנשים ממשיכות לסבול מבצקת שד גם בשנה השנייה⁵. דוגמאות נוספות לתופעות לוואי הן הגבלת תנועה

וכאבים של הכתף בצד המנותח, זיהום שמתחיל ביד ומתפשט לזיהום סיסטמי הדורש אשפוז וטיפול אנטיביוטי, הופעת "מיתר" בבית השחי מלווה בכאבים ביד ובשד והגבלת תפקוד (axillary web syndrome - AWS) וסרומה בבית השחי וברקמת השד.

מעט מחקרים מתייחסים לתהליך השיקום אחרי הניתוח ולעתים קרובות הבעיות לא מאובחנות סמוך להופעתן. לכן, המטופלות נאלצות להתמודד עם תופעות הלוואי לבד, ללא טיפול, או עד שהופנו לטיפול מאוחר. בנוסף, חוסר הנחיות לטיפול מסוג best practice גורם לאי אחידות בטיפול בין הפיזיותרפיסטים. בפועל, רוב הפיזיותרפיסטים מטפלים בעיקר על סמך הידע והניסיון הקליני שלהם. הבעיה מורכבת יותר כאשר מדובר בהתערבות לצורך הפחתת סיכון להתפתחות תופעות לוואי. הדעות נעות בין צורך להכין כל מטופלת לאפשרות של הופעת תופעות לוואי ולדרכים להפחית את הסיכון **עוד לפני הניתוח**, לבין גישה שאומרת שאין מקום לטיפול להורדת סיכון כדי לא לגרום למתח מיותר בקרב נשים שלא סובלות מתופעות לוואי, ובוודאי בקרב נשים עם סיכון נמוך לפתח אותן.

יש לציין שלא כל ההנחיות למניעת התפתחות בצקת לימפתית ותופעות לוואי אחרות לטיפולים למחלת סרטן שד נבדקו והוכחו כיעילות במחקר קליני. יתרה מכך, לא כל הפיזיותרפיסטים המטפלים בבצקת לימפתית התעדכנו במידע הקיים וחלקם ממשיכים להנחות מטופלים לפי ידע שכבר איננו רלוונטי.

האתגר העומד כיום מול פיזיותרפיסטים לימפתיים הינו לרכז את כל מה שפורסם בנושא מניעת התפתחות בצקת לימפתית ותופעות לוואי נוספות אחרי ניתוח וטיפול לסרטן שד. בהמשך, צריך לסכם את הפרסומים למסמך best practice ולפרסם את המסמך בין אנשי רפואה ופיזיותרפיסטים מוסמכים בטיפול לימפתי. מסמך כזה יוכל לתרום לעדכון פרוטוקולים להתערבות קלינית להורדת הסיכון להתפתחות תופעות לוואי ולאפשר למטופלים גישה למידע מעודכן למניעה ולטיפול.

מקורות

1. Israel Statistic of Bureau. Available from: http://www.cbs.gov.il/reader/shnaton/templ_shnaton_e.html?num_tab=st06_14&CYear=2017. Accessed 10.5.2018.
2. Paskett ED, Naughton MJ, McCoy TP, et al. The Epidemiology of Arm and Hand Swelling in Premenopausal Breast Cancer Survivors. *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev.* 2007;16(4): 775-782.
3. DiSipio T, Rye S, Newman B, Hayes S. Incidence of unilateral arm lymphoedema after breast cancer: a systematic review and meta-analysis. *The Lancet Oncology.* 2013;14(6):500-515.
4. Verbelen H, Gebruers N, Beyers T, et al. Breast edema in breast cancer patients following breast conserving surgery and radiotherapy: a systematic review. *Breast Cancer Res Treat.* 2014;147:463-471.
5. Goffman TE, Laronga C, Wilson L, Elkins D. Lymphedema of the arm and breast in irradiated breast cancer patients: risks in an era of dramatically changing axillary surgery. *Breast J.* 2004;10(5):405-11

