

## **CONSIGLI PER EVITARE IL "GROSSO BRACCIO"**

### **PER LE PAZIENTI SOTTOPOSTE A LINFECTOMIA ASCELLARE**

*A cura del Dott. Giacomo Antonini*

#### **GLI ACCORGIMENTI RIGUARDANO IL LATO OPERATO**

##### **Per il braccio**

Impiegare più volte al giorno una buona crema idratante che ricostituisca il film idrolipidico della cute

- ◆ Evitare di tagliare "le pelli alle unghie"
- ◆ Mettere i guanti durante le faccende domestiche :
  - o giardinaggio
  - o stiratura
  - o lavaggio piatti e stoviglie
- ◆ Evitare lavaggi troppo frequenti e con detergenti troppo aggressivi
- ◆ Evitare ferite e infezioni o traumi:
- ◆ Lavare e disinfettare subito eventuali ferite e proteggerle con il cerotto sterile
- ◆ Evitare le scottature: fornelli, forno, ferro da stiro, ..
- ◆ Evitare le scottature da sole : abbronzarsi progressivamente, impiegare protezioni-schermi elevati
- ◆ Evitare bracciali e orologi da polso stretti
- ◆ Evitare abiti con maniche strette o con polsini stretti
- ◆ Evitare sforzi, pesi o lavori pesanti con il braccio dal lato operato
- ◆ Misurare la pressione dal braccio non operato
- ◆ Prelevare il sangue e fare iniezioni al braccio non operato

##### **Per il cavo ascellare:**

- ◆ non radersi l' ascella con il rasoio
- ◆ attenzione alle creme depilatorie (possono dare allergia)

Andando in campagna, attenzione:

- ◆ alle punture degli insetti: impiegare un repellente per insetti.
- ◆ alle minute ferite: rovi, foglie

Attenzione a tutti i prodotti applicati al braccio : possono tutti dare allergia !!!

Se possibile, dormire con il braccio tenuto sollevato da un cuscino (il polso deve essere al di sopra del cuore).

Se il braccio presenta un linfedema, valutare la possibilità di indossare un bracciale elastico munito di guanto

### **COSA FARE**

Se il braccio dal lato operato diviene 'rosso' o tende a gonfiarsi,

***AVVERTIRE SUBITO IL MEDICO !!!***

Non è grave, ma se preso in tempo, con un precoce trattamento, si può ritornare come prima nell' arco di

1-3 settimane. Può anche essere necessario un ciclo trattamento antibiotico e di fisiokinesiterapia (non appena e condizioni locali lo consentono).