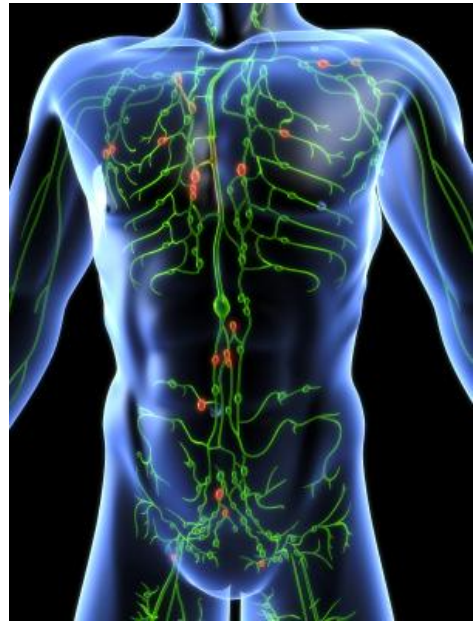


Lymfatický systém – lymfatické uzliny



Jste unavení, cítíte se slabí, máte oteklé nohy, oční víčka či nafouknuté břicho? Na vině nemusí být zažívání. Patrně vám dostatečně nefunguje vaše „čistička“ odpadních látek – lymfatický systém.

Co je to lymfatický systém?

Lymfatický (mízní) systém je komplikované uzpůsobení lymfatických cév a uzlin, které pomáhají udržovat optimální rovnováhu v mezibuněčném prostoru. Každá buňka našeho těla je obklopena tekutinou, ze které během látkové výměny přijímá kyslík a živiny (cukry, tuky, bílkoviny atd.) a snaží se naopak z těla odvádět „odpad“ (oxid uhlíku a produkty látkové výměny). Náš lymfatický systém má důležitou a nezastupitelnou roli při přítomnosti infekce či nádorového onemocnění. Lymfatický systém má za úkol pomocí lymfatických cév vstřebávat látky obsažené v tzv. tkáňovém moku (mezibuněčném prostoru).

Lymfatické uzliny slouží jako filtr

Součástí lymfatického systému jsou také lymfatické uzliny sloužící jako filtr částic lymfatické tekutiny, antigenů (molekula schopná vyvolat tvorbu protilátek) a případných

nádorových buněk. Lymfatické uzliny mají velikost od 1 do 30 milimetrů a jsou uloženy v tukové vazivové tkáni (jednotlivě nebo po skupinách).

Zajímavost: organismus vyprodukuje denně 2-4 litry bezbarvé lymfatické tekutiny.

Nechci Vám tady psát složitý elaborát o lymfatickém systému, ale je dobré se o něm dozvědět něco více, protože je úzce spojený s obranyschopností našeho organismu. Nebezpečím je, že společně s lymfou mohou do uzliny přicestovat i bakterie či nádorové buňky – bílé krvinky v tento okamžik zahajují výrobu protilátek. Je až neuvěřitelné, jak začíná tělo rychle reagovat na potenciálního nepřítele. Pokud se jim nepodaří včas zlikvidovat svého „nepřítele“, začnou nebezpečné nádorové buňky v uzlině růst a dalším proudem lymfy jsou zaneseny do jiných míst – takto vznikají metastázy (druhotná ložiska nádorových buněk) lymfatickou cestou, které jsou hlavní příčinou úmrtí při zasažení organismu rakovinou.

Jak se provádí vyšetření lymfatických uzlin?

Proto, abychom mohli vyloučit komplikace při zvětšení měkkých tkání, je nutné v případě potřeby vyhledat lékaře. Ten je schopen prohmatem kůže rozpoznat určité nesrovnalosti v podkožním prostředí – vyšetřuje lymfatické uzliny v oblasti: krku, nadklíčků, podpaží a třísel. Při podezření na onemocnění se doporučuje obvykle sonografické (ultrazvukové) vyšetření podezřelé oblasti a při patologickém nálezů se dále provádí krevní a onkologické vyšetření k vyloučení nádorového onemocnění (krve i tkání). V krajním případě se provádí chirurgické vynětí a histologické vyšetření lymfatické uzliny – může hrozit tzv. lymfedém.

Co je to lymfedém?

Lymfedém je nebolestivý bledý otok, který je zpočátku měkký a v pozdějším stadiu ztuhlý. Nejvýraznější je otok v oblasti kůže, která má pomerančový vzhled. Stázou lymfy se zpomaluje její tok, dochází k poškození chlopní a cév. Nemocný s lymfedémem je postižen zhoršenou pohyblivostí postiženého místa s kosmetickým defektem. Je zde zvýšené riziko nádorového bujení a zánětlivých komplikací. Lymfedém má obvykle zhoršující se celoživotní průběh (lymfatická tekutina stagnuje v tkáních a doprava imunitních buněk do lymfatických uzlin probíhá pomalu). Chronický lymfedém obvykle odpovídá obrazu chronického zánětu.

Proč lymfedém vzniká?

Lymfedém rozdělujeme do několika skupin:

Primární lymfedém = vzniká v důsledku vrozené poruchy lymfatického systému či genetické poruchy, postihuje nejčastěji ženy a objevuje se na dolních končetinách, postiženy mohou být i jiné oblasti těla včetně obličeje či genitálií. Nemoc postupuje z dolní části vzhůru, v létě se projevuje otokem dolních končetin.

Sekundární lymfedém = vzniká poškozením lymfatického systému, jedná se o tzv. blokádu lymfatického řečiště. Způsobit ho může především: operace, zánět, ozařování či úraz. Překážkou se zvýší tlak v cévách, které se rozšíří a zabrání tak zpětnému toku lymfy. V našich podmínkách vzniká lymfedém především u operovaných pacientů s nádorovým onemocněním, kteří podstoupili radioterapii uzlin. Otok postupuje od horních končetin periferně – tedy opačně než u lymfedému primárního.

Areficiální lymfedém = vzniká většinou v důsledku sebepoškozování pacienta (přiškrcování končetin). V tomto případě je nejdůležitější prokázat případnou psychickou poruchu sebepoškozování.

Jak lymfedém léčit?

Opět zmíním pravidlo „Čím dříve, tím lépe“, včasné odhalení otoku může předejít vážnějším komplikacím. Léčba se provádí na specializovaných pracovištích – lymfocentrech.

Na závěr

Pokud máte pocit, že by se vás tyto problémy mohly časem týkat, braňte se včas! Vyzkoušejte například lymfatické masáže, které příznivě ovlivňují lymfatický systém. Pomocí různých hmatových technik odborník stimuluje lymfu, která se díky masáži dostává až do mízních uzlin. Z těla se pak snáze dostávají různé toxiny, které mohou znamenat pro tělo počáteční problém.

Pozor! Lymfatickým masáží by se měli vyhnout lidé s rakovinou jakéhokoliv druhu – po masáži se může dostavovat únava či přílišná aktivita, sucho v ústech, zhoršení kvality pokožky či potřeba častého močení. Poradte se vždy předem s odborníkem, který masáže poskytuje.

Přečtěte si také:

[Zácpa a její léčba](#)

[Bolesti v krku](#)

Objednejte si:

E-kniha [„Jak zhubnout jednou provždy“](#)



© Napsala Nikola Šmorancová
Kouč v oblasti osobního rozvoje
(práce, peníze, vztahy, zdraví)

Email: smorancova@mujkouc.cz

www.mujevztah.cz www.mamdepku.cz www.mujkouc.cz www.mezdravi.cz

Tento článek můžete využít pro své potřeby, pokud uvedete informace o autorovi, jeho email a odkaz na www stránky.

Měsíčník osobního růstu zdarma: [objednejte si](#)