

Опасные шишки. О чём говорит воспаление лимфоузов



Фото: pixabay.com

Организм человека состоит из множества взаимосвязанных систем. Лимфатическая, например, тесно переплетена с сосудистой и иммунной. Жидкая лимфа не только питает все клеточки нашего тела, но и выполняет защитную функцию, очищая при этом организм от продуктов обмена.

В этой системе есть свои коллекторы – скопления лимфатических узлов в разных частях тела, например под мышками и в паху. И если эти фильтры вдруг засорились и образовали плотные шишки, то визит к врачу лучше не откладывать.

Скопление узелков

«Лимфа содержит до 98 % лимфоцитов, – рассказывает врач областного центра медпрофилактики Юлия Паламарчук. – Это первое звено защиты. Если в организм попал чужеродный объект, лимфоциты пожирают его, будь то бактерия, грибок или вирус. Лимфоузлы же представляют собой такие скопления – фильтры, куда стекается вся лимфа от разных органов и тканей».

Как отмечает Юлия Юрьевна, одиночные лимфоузлы встречаются по всему организму, но есть и более крупные группы, например, грудных, паховых, подмышечных, челюстных и подчелюстных лимфоузлов. Бывают ситуации, когда человек обнаруживает у себя плотную шишку в какой-то из этих групп. По словам специалиста, в этом случае нужно немедленно обратиться к врачу и ни в коем случае не заниматься самолечением. Например, такие шишки нельзя прогревать, так как из-за этого может развиться гнойное воспаление – флегмона, которое потребует обширного хирургического вмешательства.

С болью и температурой

«Если увеличение лимфоузла сопровождается болезненными ощущениями, температурой, покраснением, это может быть результатом местного воспаления, – говорит врач. – Такое бывает при ослабленном иммунитете, когда защитные барьеры исчерпали свои резервы и инфекция уже попала в сам лимфузел. Например, человек посидел на сквозняке, получил местное воспаление, которое усугубилось из-за хронического тонзиллита или кариозных зубов».

Как отмечает Юлия Паламарчук, иногда воспаление лимфоузлов связано с определёнными инфекциями. Такие заболевания, как корь, краснуха, аденовирус, инфекционный мононуклеоз, гепатит В и другие вирусные недуги, могут вызывать болезненное увеличение лимфоузлов. Кроме того, это один из симптомов хламидиоза, токсоплазмоза и боррелиоза, который разносят клещи.

Но есть ситуации, когда увеличенный лимфузел не вызывает никаких болезненных ощущений. Это может свидетельствовать о ещё более серьёзном заболевании.

Грозный симптом

«Именно по току лимфы, поскольку она омывает все клетки, происходит метастазирование онкологических процессов, – поясняет Юлия Паламарчук. – Допустим, увеличенные лимфоузлы в подмышечной области могут быть симптомом рака молочной железы. Женщина может и не замечать, что у неё есть образование в груди, зато заметит лимфоузел».

По словам специалиста, довольно часто увеличенные безболезненные лимфоузлы указывают на злокачественные новообразования крови – лейкозы и лимфомы. Особенно если помимо плотных шишек человек жалуется на постоянную усталость, слабость, потерю веса и частые простуды.

Если доктор не уверен в том, что воспалённый лимфоузел связан с инфекцией, он назначит дополнительные исследования и консультацию онколога.

Борьба с застоем

«Лимфосистема очень похожа на венозную, – говорит врач. – У неё тоже есть капилляры, лимфатические сосуды, которые не имеют мышечной стенки. А потому весь ток лимфы у нас проходит за счёт движения мышц. Чтобы не было застоя в организме, необходимо в первую очередь движение».

Лимфу нужно разгонять по многим причинам. Во-первых, для того, чтобы она лучше питала даже самые отдалённые клетки тела, разносила по всему организму необходимые микроэлементы, питательные вещества, белки и уносила всё, что клетка переработала: токсины и продукты обмена. Тогда клетки хорошо кровоснабжаются, насыщаются кислородом и лучше функционируют.

Все лимфодренажные упражнения, которые рекомендует доктор, направлены именно на разгон лимфы, и выполняются они очень просто.

«Самое простое – перекат с пятки на носок, – говорит Юлия Юрьевна. – А ещё лучше положить под ступню мячик и катать его. Тогда к работе подключатся икроножные мышцы и разгонят лимфу от кончиков пальцев на ногах и вверх. Можно сразу после пробуждения поднимать вверх руки и ноги и слегка трясти. Отлично работает лимфодренажный массаж. Его отличие от обычного в том, что в процессе не происходит прямого воздействия на мышцу, а только плавный разгон лимфы по ходу лимфатических сосудов».

Однако, как отмечает доктор, к такому аппаратному или ручному массажу есть и свои противопоказания. Среди них, например, беременность, аутоиммунные заболевания, онкология и воспалительные заболевания в острой фазе.

«Даже если вы прошли курс такого массажа, упражнения подключать всё же необходимо, – подводит итог врач. – Эти методы работают только в комплексе. Но самое главное, если вдруг вы обнаружили у себя увеличенный лимфоузел, ни в коем случае не стоит ждать, что он пропадёт самостоятельно. Лучше сразу же обратиться к врачу. Он определит причину и назначит грамотное лечение».