

## Die Krankheit Lymphödem

Bei einer Schädigung des Lymphgefäßsystems kommt es zu Transportstörungen der lymphpflichtigen Last. Eiweiße und Gewebeflüssigkeit können nicht mehr abtransportiert werden und sammeln sich stattdessen im Zwischenzellgewebe.

Das führt zu einer Schwellung des Gewebes, dem so genannten Lymphödem. Diese bilden sich immer an dem Körperteil aus dem der Lymphabfluss beeinträchtigt ist. Besonders betroffen sind Arme und Beine. Sie können sich aber auch an Organen, am Kopf oder an den Geschlechtsorganen manifestieren.

Man unterscheidet zwischen dem primären (angeborenen) und dem sekundären (Verletzungen, OP's, Bestrahlungen) Lymphödem.

Die sogenannte imitierende pneumatische Kompression (IPK) wird in Fachkliniken, Arztpraxen und als Heimtherapie für Patienten eingesetzt, ersetzt jedoch nicht die manuelle Lymphdrainage, sondern kann nur unterstützen.



## Unsere Erreichbarkeit

Selbsthilfegruppe Lip- und Lymphödem  
LiLy Turtles

### Treffen:

Jeden 1. Mittwoch im Monat  
um 18.30 Uhr

(außer in den Ferien - Bekanntmachung in der Presse beachten)

KiGa „Kleines neues Land“  
Mühlenchaussee 1  
29308 Winsen/Aller

**E-Mail:** [kontakt@lily-turtles.club](mailto:kontakt@lily-turtles.club)

**Tel:** 0152/295 268 80

**Web:** [www.lily-turtles.club](http://www.lily-turtles.club)



### **Fotografien**

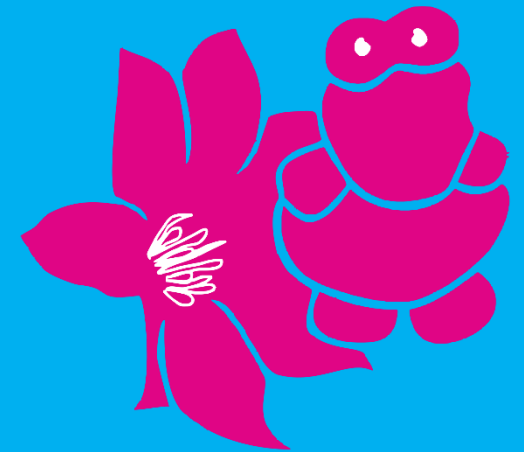
open-view-foto

Michael Leitenberger

[www.facebook.com/ovfoto](http://www.facebook.com/ovfoto)

# Selbsthilfegruppe

## Lip- und Lymphödem Lily Turtles



### Winsen/Aller

Hilfe

Beratung

Informationen für Betroffene und  
Angehörige

**Nur gemeinsam sind wir stark**

# Die Krankheit Lipödem

## Reiterhosen und Säulenbeine

Das Lipödem ist eine chronische, genetisch bedingte (oft vererbte) Fettverteilungsstörung. Besser bekannt als Reiterhosen oder Säulenbeine und tritt am häufigsten an diesen auf. Allerdings sind oftmals auch die Arme (hier speziell die Oberarme) betroffen.



Betroffen sind fast ausschließlich Frauen. Erfahrungsgemäß beginnt die Krankheit schon mit der Pubertät und setzt sich dann mit den nächsten Hormonumstellungen wie Schwangerschaft oder Menopause (Wechseljahre) weiter fort. Aber auch zwischendurch können Schübe auftreten, z.B. wenn die Betroffenen Dauerstress und psychischen Belastungen ausgesetzt sind.

Leider ist diese Krankheit noch sehr unbekannt. Selbst Fachärzte raten zu Diäten und mehr sportlichen Aktivitäten, weil sie eher eine Adipositas vermuten. Jedoch treten bei der Adipositas z.B. keine Druckschmerzen und kein Schweregefühl auf. Das Lipödem ist diät- und sportresistent. Für die Diagnose des Lipödems sind Phlebologen, Lymphologen und Angiologen die richtigen Ansprechpartner. Gefäßzentren kennen sich ebenfalls auf diesem Gebiet aus.

# Die Symptome

Die Symptome des Lipödems treten immer symmetrisch auf und sind folgende:

- Schweregefühl in den Beinen (Beine wie Blei)
- Angeschwollene Beine bei längerem Stehen oder Sitzen
- Verhärtung des Unterhautgewebes mit Berührungs-/Druckschmerzen
- Neigung zu blauen Flecken, selbst bei geringem Anstoßen
- Kalte Haut

## Die Stadien unterteilen sich wie folgt:

- Stadium 1:** Feinknotige Hautoberfläche „Orangenhaut“
- Stadium 2:** Grobknotige Hautoberfläche mit größeren Dellen, medizinisch „Matratzenphänomen“
- Stadium 3:** Große, deformierte Hautlappen und -wülste



Stadium 3-Betroffene. Oft wird die Krankheit erst in diesem Stadium erkannt.

# Therapiemöglichkeiten

Es stehen zwei Therapien zur Verfügung:

## Die konservative Therapie

Diese beinhaltet das konsequente Tragen einer flachgestickten Kompressionsversorgung, auch beim Sport. Lassen Sie sich im Sanitätshaus beraten, welche Versorgung für Sie die Richtige ist.

Ebenso gehört die manuelle Lymphdrainage dazu. Diese sollte mindestens 1- bis 2-mal pro Woche in einer Physiotherapiepraxis durchgeführt werden.



## Die operative Therapie

Die Liposuktion (Fettabsaugung des krankhaft vermehrten Fettgewebes) ist die operative Variante. Sie ist keine Schönheitsoperation und dient nicht zur Gewichtsreduktion.

Durch die Liposuktion werden den Betroffenen die Schmerzen genommen. Das Leben wird einfacher, die Lebensqualität steigt, wie auch die Mobilität.