

Stadium 2: Matratzenhaut, grobknotige Hautoberfläche mit größeren Dellen

Stadium 3: Grobe, deformierende Fettlappen

Behandlungsmöglichkeiten

Das Lipödem entsteht nicht ernährungsbedingt und ist damit auch nicht durch Fastenkuren zu beeinflussen. Da die Patienten sehr häufig an einer Störung ihres Selbstwertgefühls leiden, versuchen sie mit Fastenkuren die Fettverteilungsstörung im Bereich der unteren Extremitäten zu beeinflussen, auch, weil oft unqualifizierte „Beratungen“ im Umfeld erfolgen. Die gezielte Gewichtsreduktion hat jedoch keinerlei Einfluss auf die Beinumfangsmasse.

Es muss versucht werden, das Körpergewicht auf einen Body Mass Index (BMI) von 19-25 einzustellen. Bei einem BMI zwischen 25-28 sollte unter keinen Umständen mehr zugenommen werden.

Eine medikamentöse Behandlung ist nicht möglich: Lipödeme sind weder durch Medikamente noch durch Salben zu beeinflussen.

Alleiniger Sport, ohne Kompression der Beine von außen, erbringt ein Muskelwachstum und somit eine Zunahme der Extremitätenumfänge. Dem ist nur



durch entsprechenden Druck zu begegnen.

Eine Fettabsaugung kann versucht werden. Bei einer vorliegenden Lymphabflussstörung ist sie aber absolut kontraindiziert. Langzeitergebnisse der Fettabsaugung liegen jedoch nicht vor.

Therapie

Im Stadium 1 und bis zum beginnenden Stadium 2 zeigen sich sehr gute Erfolge durch etwa 3x wöchentliches Tragen Rundgestrickter Kompressionsstrumpfhosen für jeweils 45 Minuten. Die sportliche Betätigung sollte aus

- ◆ Walking
- ◆ Schwimmen

- ◆ Radfahren oder Laufband
- ◆ allgemeiner Aerobic,
- ◆ Steppen

als Ausdauertraining durchgeführt werden. Ein BMI von 19-25 gilt als Ziel. Pulse von über 140 Schlägen/Min. sollten während des Sports nicht überschritten werden.

Im Stadium 2 steht unserer Erfahrung nach die intermittierende apparative Kompressionstherapie mit anschließendem Tragen einer Rundgestrickten Kompressionsstrumpfhose im Vordergrund.



Im Stadium 3 mit deformierenden Fettlappen ist in jedem Fall die komplexe physikalische Entstauung wie beim Lymphödem erfolgreich. Im Anfangsstadium muss wegen der Schmerzhaftigkeit die manuelle Lymphdrainage vorsichtig durchgeführt werden. Auch bei einer intermittierenden, apparativen Kompressionstherapie wird nur ein Druck von 30-60 mmHg vertragen. Die Kompressionsbandagierung benötigt bei Schmerzen im Unterschenkel eine zusätzliche Schaumstoffunterfütterung.



Gefäßpraxis Koblenz

Patienteninformation

Dagmar Kubelka & Dr. (IR) Behrooz Bahrami

Phlebologie/Lymphologie/Chirurgie/Gefäßchirurgie

Hohenfelder Str. 7-9

56068 Koblenz

Telefon: 0261-9 15 68-0

Fax: 0261-9 15 68-32

E-Mail: info@gefasspraxis-koblenz.de

© August 2010

Lipödeme



Lipödeme

Beim Lipödem handelt es sich um eine **Fettverteilungsstörung** an den Ober- und Unterschenkeln verbunden mit Wassereinlagerungen (Ödeme) im Bereich der Beine und Schmerzen.

An den Armen kommt das Lipödem weniger häufig vor. Vorwiegend sind die Beine betroffen. Charakteristisch ist, dass das Lipödem mit dem Knöchel aufhört, das Fett jedoch am Sprunggelenk überlappt, was als „Suavenhosen-Phänomen“ bezeichnet wird. Diese Erkrankung tritt häufiger auf als vermutet. Erste Anzeichen finden sich vorzugsweise am Ende der Pubertät, die Krankheit kann aber auch in jedem anderen Lebensalter ihren Anfang nehmen. In aller Regel besteht eine familiäre Belastung.

Eine genaue Ursache, weshalb es zur Vermehrung des Fettgewebes kommt, ist bisher nicht geklärt.

Da das Lipödem fast ausschließlich bei Frauen auftritt, ist davon auszugehen, dass vermutlich hormonelle Ursachen eine erhebliche Rolle spielen. Bei den wenigen Männern, bei denen ein Lipödem vorliegt, besteht oft eine Leberschädigung.

Beim Lipödem handelt es sich nicht um ein Reservefett, wie es bei Übergewicht auftritt. Vielmehr sind die Fettzellen an den Extremitäten anders ausgebildet. Ein Abnehmen dieser Fettdepots gelingt nicht wie beim Reservefett am Bauch durch entsprechende Diäten und Abmagerungskuren, sondern nur durch gezielte Therapie.

Lokalisation

Die Fettpolster treten immer symmetrisch an den Beinen auf. Typische Bilder sind „Reiterhosen“ an



Gesäß und Hüften, Oberschenkelwülste sowie Fettkörper im Bereich der Knie innen. Dann kann das Fettgewebe weiter nach unten hin zu den Knöcheln säulenartig Vorwachsen und hier einen scharfen Rand im Bereich der Knöchel bilden. Die Knöchelregionen, die Füße und die Zehen sind frei von Schwellungen, das Stemmer'sche Zeichen ist negativ.

Symptome

Neben den säulenartigen Veränderungen der Beine tritt bei den Patienten eine erhebliche psychische Belastung wegen der Deformierung der unteren Extremitäten auf.

Zusätzlich ergeben sich Beschwerden wie dumpfes Schwellungsgefühl, Berührungs- und Druckschmerzhaftigkeit, Kälteempfindlichkeit und Schwellungsneigung. Die Berührungsschmerzhaftigkeit kann soweit führen, dass ein eng anliegender Rock oder eine Hose an den Unterschenkeln zu unerklärlichen Schmerzen führt. Im seitlichen Bereich der Oberschenkel treten zusätzlich häufig „Besenreisernester“ auf, die durch eine Abflussbehinderung dieser kleinen in der Haut gelegenen Gefäße durch das derbe Fettgewebe entstehen. Verhältnismäßig schnell kann es zu blauen Flecken (Hämatome) kommen, da das Blut in diese feinsten Gefäße zurückstaut und zum Platzen der kleinen Gefäße führen kann.

Bei weiterem Fortschreiten der Erkrankung mit massiven Fettlappen kommt es auch zu einer Störung des Gangbildes.

Da die meisten Patienten bereits seit der Pubertät über alle möglichen Diäten und Abmagerungskuren versucht haben, ihre Beinform zu ändern kommt es im Laufe der Jahre zu Gleichgül-



tigkeit und psychisch bedingter Unzufriedenheit hinsichtlich des eigenen Körpers. Auf das gesamte Äußere wird nur noch wenig Wert gelegt. Erhebliche Nahrungsaufnahme führt zu einem begleitenden massiven Übergewicht, das wiederum die Fettverteilung im Bereich der Extremitäten verschlechtert.

Verlauf

Der Beginn ist häufig im Bereich der Hüften, später folgt weiteres Wachstum bis zu den Knien, mit Einbeziehen der Unterschenkel bis zu den Knöcheln, wobei auch in wenigen Ausnahmen nur ein Wachstum des Unterhautfettgewebes im Bereich der Unterschenkel und Knöchelregion besteht.

Bedingt durch die Zunahme des Fettgewebes saugt dieses wie ein Schwamm Wasser in sich auf. Es kommt zu einem Prallwerden der Extremität, zu einer Behinderung im venösen Abfluss und zu einer Behinderung des lymphatischen Abflusses.

Im Laufe von mehreren Jahren führt dies zu einem begleitenden Lymphödem. Dies zeichnet sich dann durch eine Vorfußschwellung aus.

Erscheinungsformen

Man teilt Lipödem in fünf Typen ein.

- Typ I:** Fettgewebsvermehrung im Bereich von Gesäß und Hüften (Reiterhosen)
- Typ II:** Das Lipödem reicht bis zu den Knien, Fettlappenbildung im Bereich der Knieinnenseite
- Typ III:** Das Lipödem reicht von den Hüften bis zu den Knöcheln
- Typ IV:** Arme und Beine sind betroffen
- Typ V:** Lipolymphödem

Den Schweregrad bezeichnet man mit Stadien.

Stadium 1: hier findet man Orangenhaut und eine feinknotige Hautoberfläche