

# TACH! 24/7 AUSGESPROCHEN EHRlich

## Selbsthilfe e.V. will Lymph- Erkrankungen aus dem Schattendasein führen

*Teilnehmer aus ganz Deutschland beim 5. Südwestfälischen  
Lymphselbsthilfetag in Plettenberg*

Von **Bernhard Schlütter** - April 8, 2019



*Der 5. Südwestfälische Lymphselbsthilfetag fand im Plettenberger Rathaus statt. Foto:  
Bernhard Schlütter*

Plettenberg. Teilnehmer aus ganz Deutschland waren am Wochenende zum 5. Südwestfälischen Lymphselbsthilfetag nach Plettenberg gekommen. Anlässlich des ersten kleinen Jubiläums hatte sich auch der komplette Bundesvorstand der Lymphselbsthilfe e.V. eingefunden.

# Versammlung des Bundesverbands

„Wir haben am Freitag unsere Mitgliederversammlung im Vereinsheim des Schwimmvereins Plettenberg abgehalten“, berichtet Susanne Helmbrecht aus Herzogenaurach, Vorsitzende der Lymphselbsthilfe e.V. Der Dachorganisation der Selbsthilfegruppen für Lip- und Lymphödem-Patienten gehören rund 250 Mitglieder an. 56 Selbsthilfegruppen gibt es in Deutschland. Deren etwa 3500 Mitglieder seien aber nicht automatisch auch Mitglied in der Lymphselbsthilfe, erklärt Susanne Helmbrecht.

Zum Jubiläum kehrte der Südwestfälische Lymphselbsthilfetag nach Plettenberg zurück, wo vor fünf Jahren auch die Erstaufgabe stattfand. Annette Dunker (Landessprecherin NRW und Lymphselbsthilfe Plettenberg) und ihr Team von den Lymphies Plettenberg sorgten in bewährter Weise für die gute Organisation.

## Therapie und Selbstmanagement

Das Schwerpunktthema lautete „Therapie und Selbstmanagement in der Lymphologie“. Dazu hielten hochkarätige Referenten Vorträge im Ratssaal, zeigten zum Beispiel neue Therapieverfahren in Bandagierung und Entstauungstechniken.

Zwischen den Fachvorträgen hatten die Besucher/innen Gelegenheit, sich in der Industrieausstellung im Foyer des Rathauses über nützliche und wichtige Hilfsmittel bei Lipödemen und Lymphödemen zu informieren. In der Rathauscafeteria sorgte Mitglieder der Plettenberger Selbsthilfegruppe Lymphies für das leibliche Wohl der Besucher/innen.



*Die Industrieausstellung erfreute sich großen Interesses. Foto: Bernhard Schlütter*

„Lip- und Lymphödeme führen häufig ein Schattendasein, werden oft spät diagnostiziert und unzureichend behandelt“, erklärte Susanne Helmbrecht. „Die Lymphselbsthilfe möchte die Öffentlichkeit für diese Erkrankungen sensibilisieren, damit Komplikationen und ein weiteres Fortschreiten der Erkrankung verhindert werden können.“

# INFO: Plätze im GALLiLy-Workshop frei

- Die Lymphselbsthilfe e.V. gibt zweimal jährlich ihr Mitgliedermagazin heraus. Darin informieren Fachautoren über aktuelle Erkenntnisse in der Lymphologie.
- Bundesweit werden Basisworkshops „Gesund und aktiv leben mit Lip- und Lymphödem“ (GALLiLy) angeboten. Der praxisbezogene Workshop setzt sich mit wesentlichen Punkten der Erkrankung auseinander und lässt Raum, immer wieder auftretende Fragen der Teilnehmer zu ihrer Erkrankung intensiver behandeln zu können. Insbesondere der zielorientierte Erfahrungsaustausch nimmt breiten Raum ein.
- Vom 30. Mai bis zum 2. Juni findet ein GALLiLy-Intensiv-Workshop in der Capio Mosel-Eifel-Klinik in Bad Bertrich statt, bei dem noch Plätze frei sind. Informationen dazu gibt es auf der Internetseite [lymphselbsthilfe.de](http://lymphselbsthilfe.de).

**Bernhard Schlütter**

*<http://www.komplett-magazin.de>*