

Wie funktioniert das Lymphsystem und was passiert beim Lipödem?



Lymphselbsthilfetag

5.Juli 2025

Dr.M.Schwicker

Ödeme:



- Eiweißarme Ödeme
(Delle auf leichten
Fingerdruck)
- Eiweißreiche Ödeme/
Lymphödem



Wasseröedeme:



- **harmlose Ödeme**
- **langem Stehen oder Sitzen
(orthostatische Ödeme)**
- **bei Wärme**
- **hormonell/zyklusabhängig**



Wasseröedeme:



- **Herzschwäche**
- **Nierenschwäche**
- **Leberschäden**
- **Blutarmut**
- **Hormonelle Erkrankungen**
- **Medikamente**
- **Krampfadern**
- **...**



Was ist ein Lymphödem?



- Eiweiß-reiches „dickflüssiges“ Ödem
- Delle nur nach langem und stärkerem Druck

lymphpflichtige Substanzen



- große Eiweiß-Moleküle
- Fette
- Hormone, Enzyme
- Zellbestandteile
- Fremdkörper, Pigmente
- Viren, Bakterien
- Tumorzellen

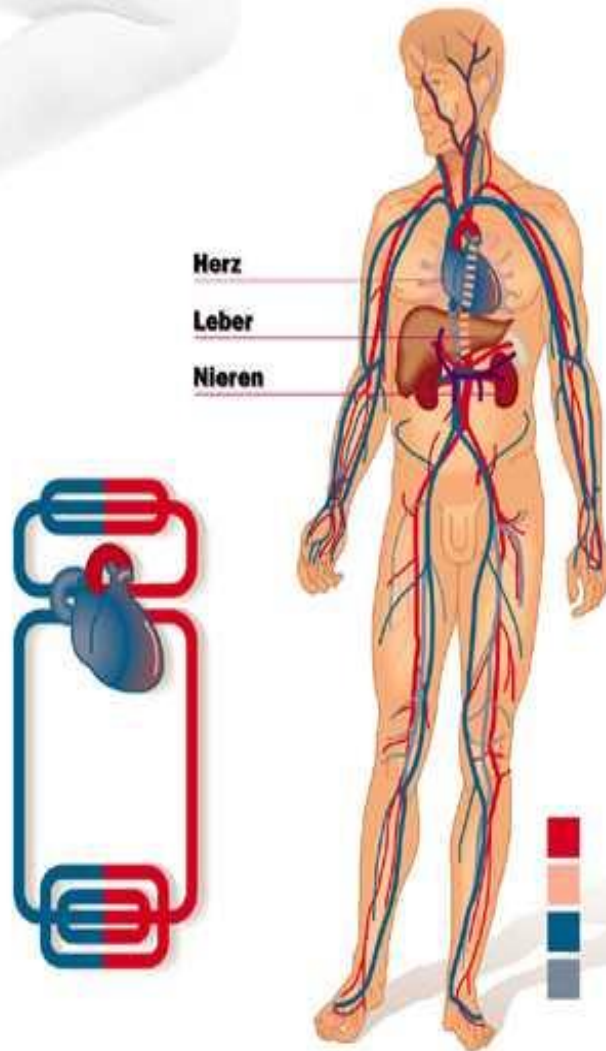
Lymphsystem



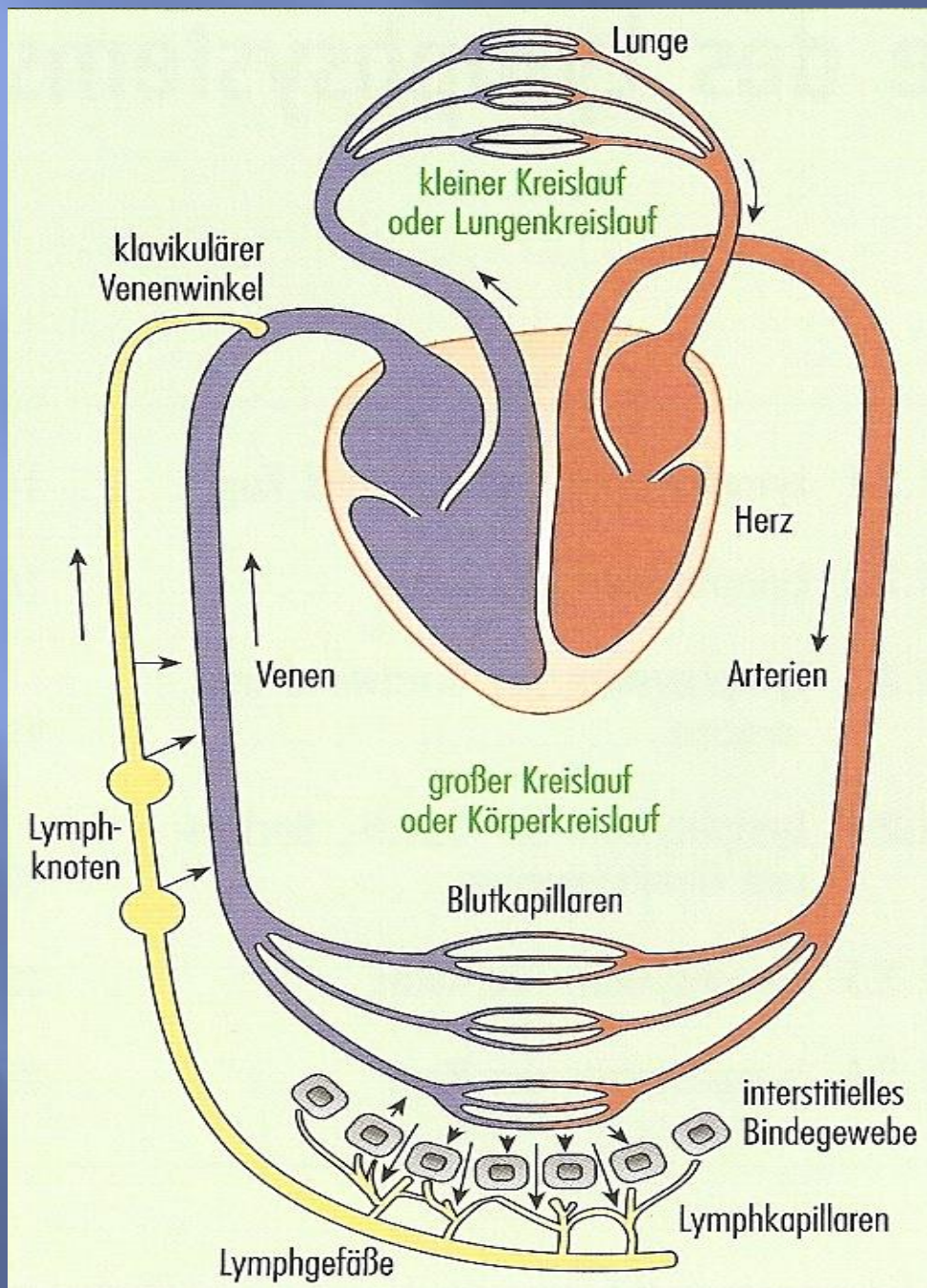
Aufgabe:

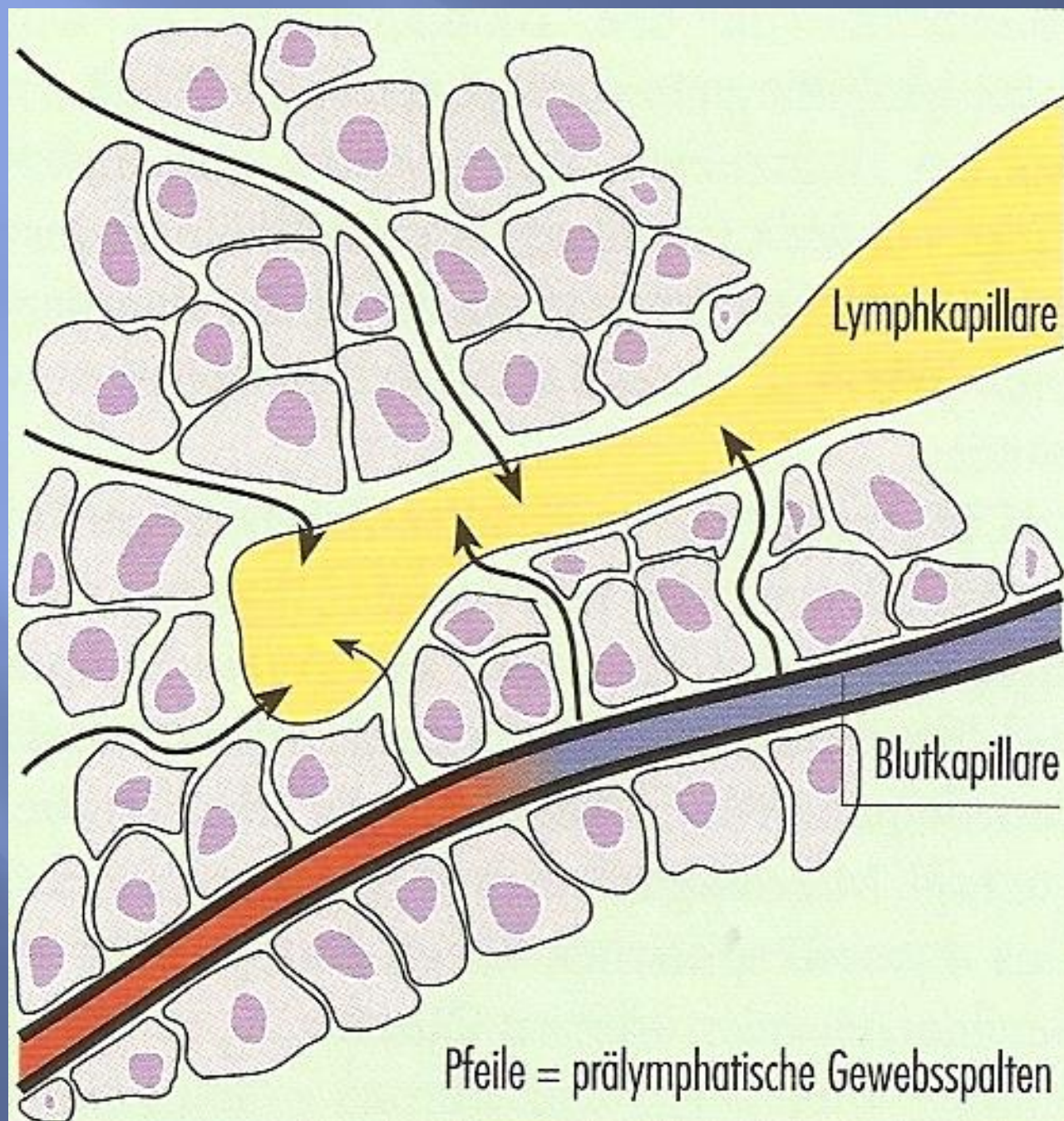
- **Abtransport von Eiweiß, Schlackenstoffen etc.
„Drainagefunktion“**
- **Bekämpfung von Erregern und Tumorzellen
„immunologische Funktion“**

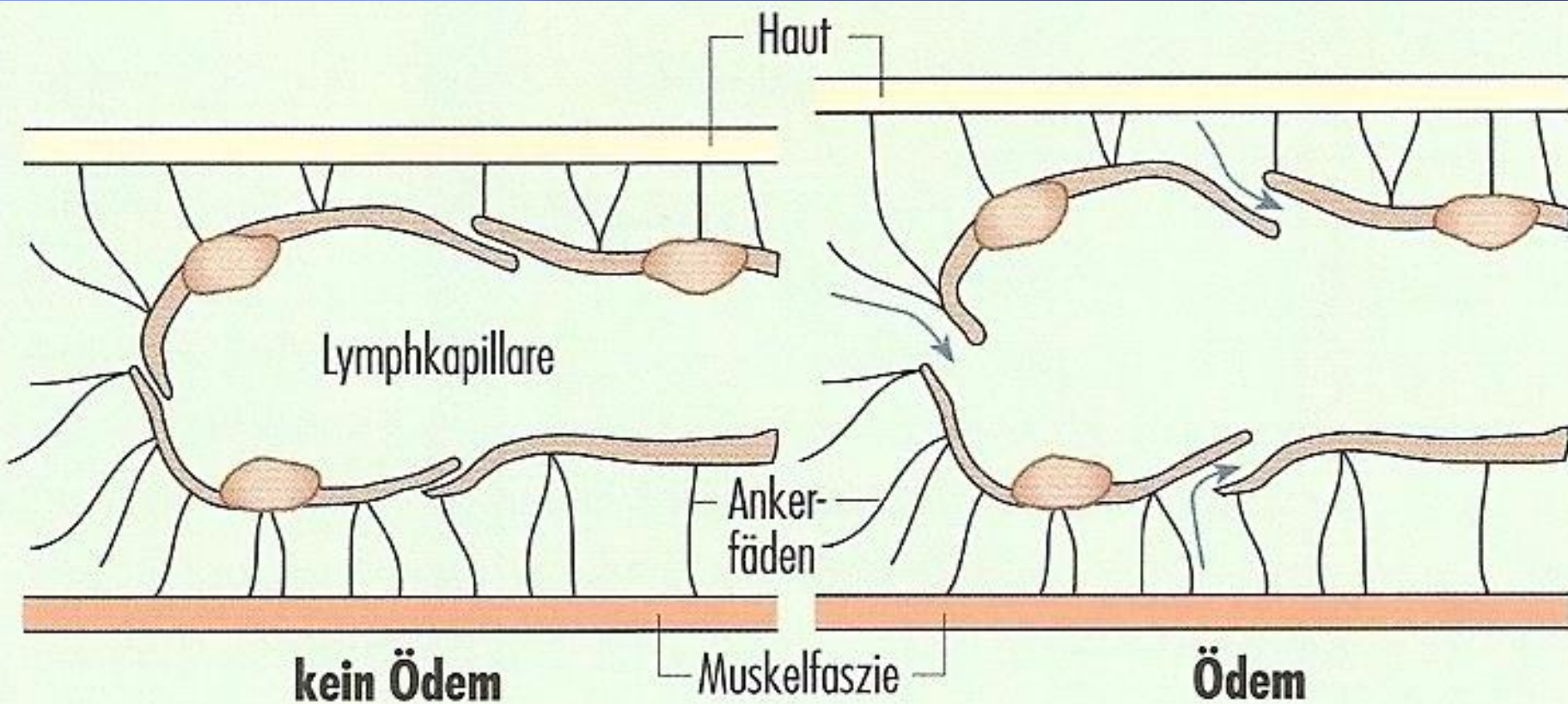
DER BLUTKREISLAUF DES MENSCHEN

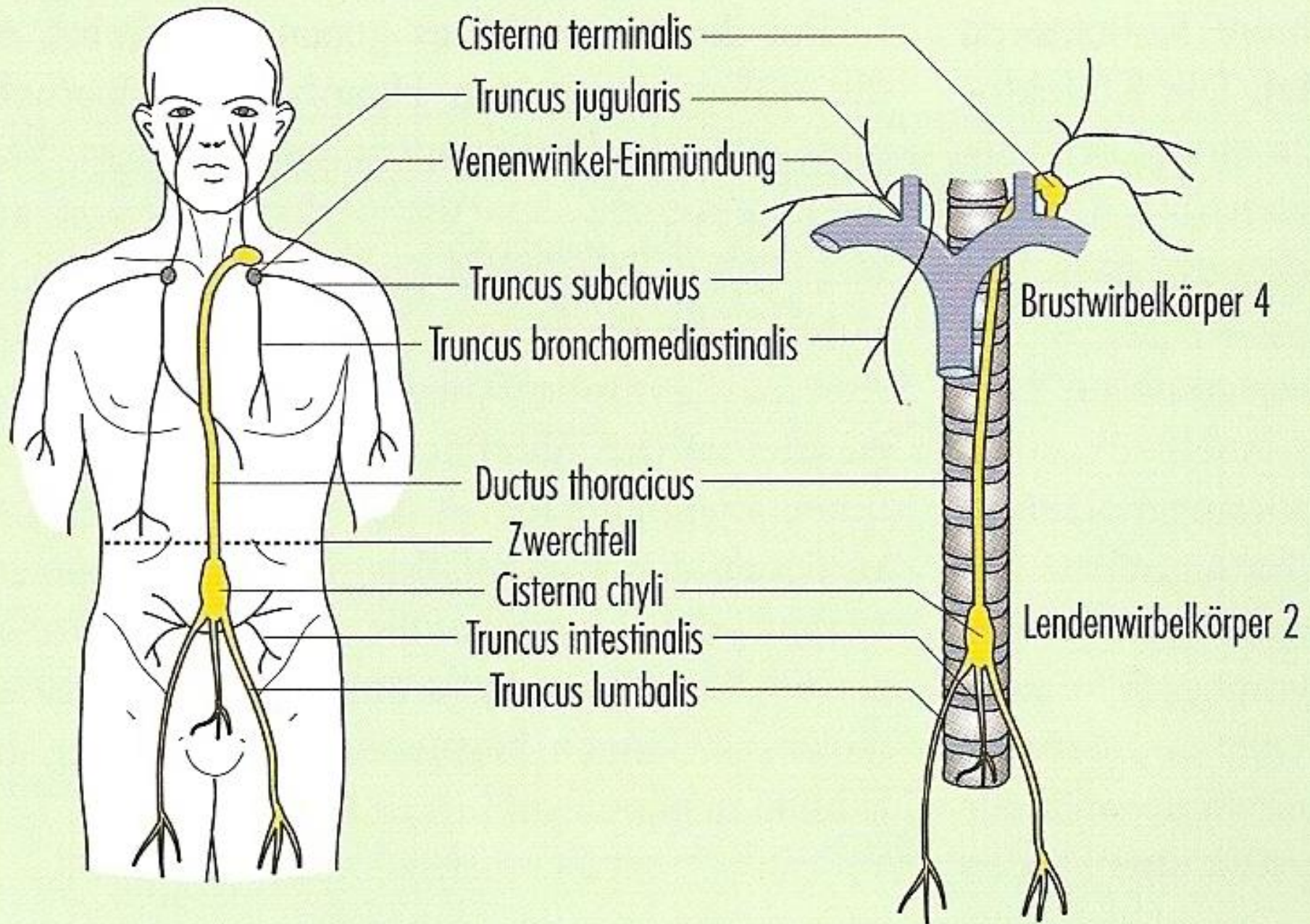


- großes Kreislaufsystem:
ganzer Körper
- kleines Kreislaufsystem:
Herz/Lungen









Lymphödeme



- **primäre Lymphödeme**
angeboren, z.T. vererbt
- **sekundäre Lymphödeme**
als Folge einer anderen Krankheit
 - Operationen
 - Bestrahlung
 - Entzündung
 - Erkrankungen mit Parasiten in den Tropen
 - massivem Übergewicht

Sekundäres Lymphödem



Foto LymphoOpt

Sekundäres Lymphödem





Foto LymphoOpt



Häufigkeit Lymphödeme

- 0,1 % bis 2% der Bevölkerung
- Frauen bis zu 6fach häufiger betroffen als Männer

Diagnostik:



- **Klinische Untersuchung**
- **Ultraschall-Untersuchung**
- **Weiterführende Diagnostik,**
 - **Lymphszintigraphie**
 - **Indocyanningrün-Lymphographie**
(in der Regel nur nötig, wenn
Operation geplant)

STEMMER Zeichen





Foto LymphoOpt

Dellenbildung nur auf starken und langen Druck



Foto
LymphoOpt



PHLEBOL. GEN. PRAXIS HOHENSTADT

B7

GE

17/11/06 10:06
P100 8.2MHz

CN0
5cm
DB78
V 50



Spätschäden von Lymphödemen



Foto V.Hack

Fibrosierungen



Foto V.Hack

Spätschäden von Lymphödemen



Foto LymphoOpt



Wundrose Erysipel



Foto V.Hack

Konservative Therapie:



- **Komplexe Physikalische
Entstauungs-Therapie**
= KPE

komplexe physikalische Entstauung:



- **Hautpflege**
- **Lymphdrainage**
- **Kompression**
- **Bewegung, Sport, Atemgymnastik**
- **Aufklärung des Patienten in der Selbstbehandlung**

Hautpflege:



- **Reinigung mit pH-neutralen Seifen**
- **Fetten der Haut**
- **Zuführen von Feuchtigkeit
(Harnstoff=Urea)**
- **Vorsicht vor Allergien
(Konservierungsmittel, Duftstoffe
pflanzliche Stoffe)**

Manuelle Lymphdrainage:



Foto LymphoOpt

Intermittierende preumatische Kompressions-Therapie



Konservative Therapie:



- **Phase 1: Besserung der Ödeme**
- **Phase 2: Erhalten des gebesserten Zustands**

Phase 1: Entstauung



- Bandagierung
- Medizinische adaptive Kompressions-Systeme (circaid etc.)

Foto LymphoOpt

Adaptive Kompressions- systeme

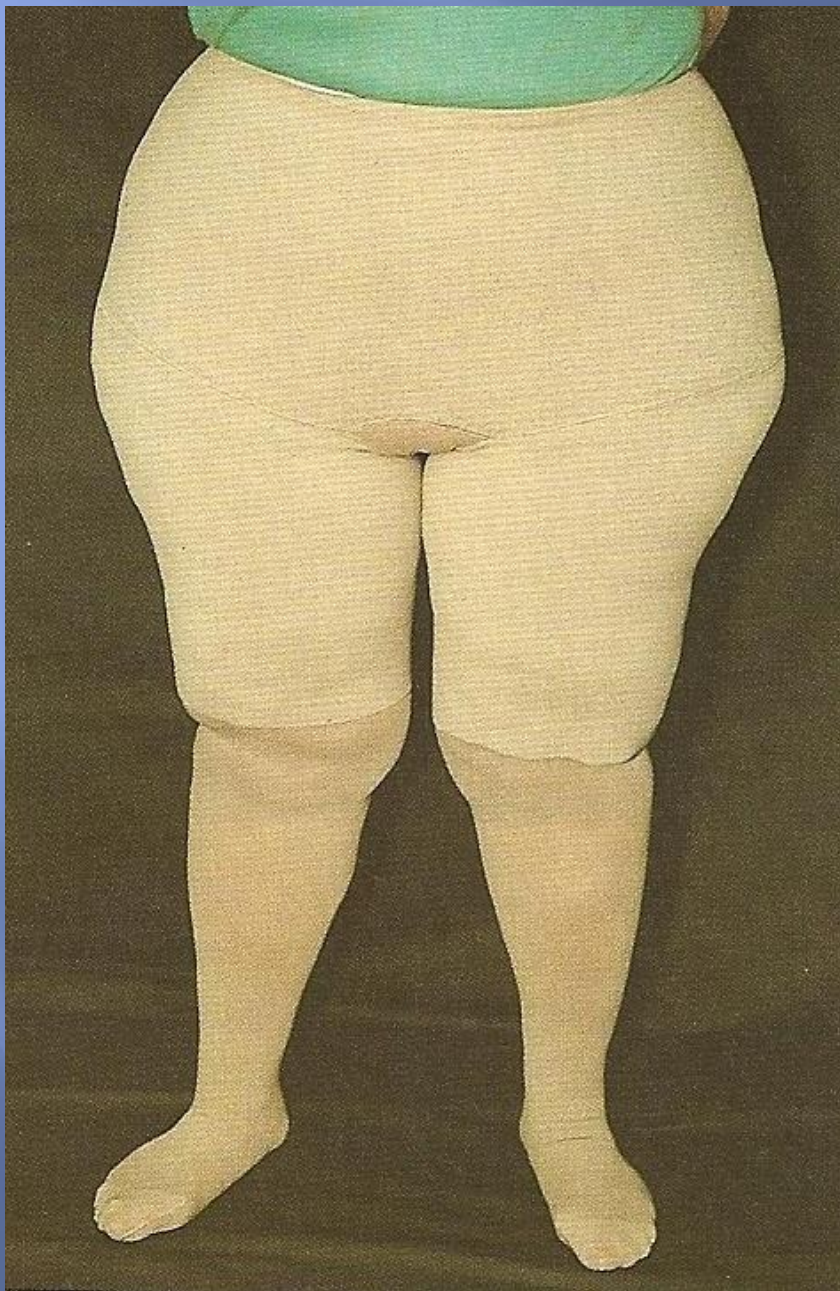


Phase 2 - Erhaltungsphase :



- **Rundstrick-Strümpfe**
 - immer gleiche Maschenzahl
 - unterschiedliche Maschenweite
- **Flachstrick-Strümpfe**
 - unterschiedliche Maschen-Anzahl : Naht nötig
 - gleiche Maschenweite





Phase 2 - Erhaltung



Foto LymphoOpt

Patienten- schulung:



- **Vermeidung von Überlastung**
- **Vermeiden von Verletzungen**
- **Schützen vor Insektenstichen, Sonnenbrand**
- **Im Falle von Wunden Hautdesinfektion**
- **Vermeiden einschnürender Kleidung**
- **Keine Spritzen oder Infusionen am betroffenen Arm/Bein**



Was ist ein Lipödem?

**Abgrenzung zur
Adipositas
und**

Fettfehlverteilung = Lipohypertrophie

Body-mass- Index



BMI =

Körpergewicht (kg) /

Körpergröße x Körpergröße (m)

BMI



- $< 18,5$ Untergewicht
- $18,5-25$ Normalgewicht
- $25-30$ Übergewicht
- $30-35$ Adipositas Grad I
- $35-40$ Adipositas Grad II
- >40 Adipositas Grad III

Adipositas



- BMI > 30
- Entscheidend für Risiko:
Bauchfett („Apfel-Typ“)
Risiko für Zuckerkrankheit ...
- Bauchumfang an Taille
(bei Frauen > 80-88cm)

Lipohypertrophie= Fettfehlverteilung



- **disproportionale Vermehrung des Fettgewebes an den Extremitäten**
- **symmetrisch**
- **Hände und Füße sind (meist) nicht betroffen**
- **Rumpf ist nicht betroffen**
- **fast ausschließlich Frauen**



vor circa
25.000
Jahren



Venus von Laussel
wikipedia



Lipödem oder Lipo- hypertrophie

Foto V.Hack



Foto V.Hack

Definition

Lipödem



Lipohypertrophie
und zusätzlich

Schmerzen

Druckschmerz, Berührungsschmerz

Spontanschmerz

Schweregefühl

Häufigkeit Lipödem



- **1-10 % der weiblichen Bevölkerung**
- **in manchen Studien bis 18%**

Ursache des Lipödems



- **genetische Komponente**
- **Hormonabhängigkeit**
- **Vermehrung und Vergrößerung von Fettzellen**
- **erhöhte Durchlässigkeit und Verletzlichkeit der kleinsten Gefäße im Fettgewebe**
- **entzündliche Prozesse**

Therapie



- **Gewichtsreduktion, wenn Übergewicht**
- **Bewegung, Sport, Aquasport**
- **Kompression**
- **Lymphdrainage manuell oder apparativ**
- **Selbstmanagement**
- **Behandlung psychosozialer Faktoren**
- **Operation (Liposuktion)**



Konservative Therapie-Ziele:

- **Schmerzreduktion**
- **Besserung der Beweglichkeit**
- **Verbesserung der Lebensqualität**
- **Besserung der Schwellneigung**

Was die konservative Therapie nicht leisten kann:



- **schlanke Beine**
- **Beseitigung der Fettfehlverteilung**



P. Ruben: "Das Urteil des Paris" von 1636
aus Wikipedia

Lipohypertrophie- eine Krankheit?



- Schönheit ist kultur-abhängig
- Wahrnehmung wird von Modeindustrie und den sozialen Medien beeinflusst
- psychische Belastung

Lipödem und Ödem



- Schwellneigung im Verlauf des Tages gehört nicht mehr zur Definition des Lipödems
- Es gibt Patientinnen mit Lipödem aber ohne Ödem
- Lipödem-Schmerz wohl nicht (oder nicht nur) durch das Ödem ausgelöst
- Ödem hat oft andere Ursachen (Lymphödem, Adipositas-Lymphödem, Krampfadern...)

Lipödem und Schmerz



- Ursache für den Schmerz ist unbekannt (entzündliche Prozesse?)
- keine Korrelation mit Ausprägung der Lipohypertrophie
- Schmerz in Beinen oder Armen kann auch andere Ursachen haben (Fibromyalgie, Weichteilrheuma, Entzündungen in Gelenken...)
- Schmerz kann variieren

Liposuktion als Kassenleistung



- Lipödem Stadium 3
- BMI < 35
- oder BMI 35-40 und begleitende Therapie der Adipositas
- 6 Monate erfolglose konservative Therapie

Liposuktion als Kassenleistung



- „Der BMI zur Charakterisierung des Übergewichts ist bei Lipödem-Patientinnen nicht aussagekräftig“
- Die Stadien-Einteilung bezieht sich nur auf die Form und nicht auf den Schweregrad der Schmerzen