

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebes Team,

haben Sie einen Moment Zeit für mich?

Mein Name ist Kirsten Schade. Ich bin Autorin des Ratgebers
„Finanzielle Unterstützung leicht gemacht. Der Wegweiser für chronisch Kranke, Lymphödem- und Lipödem-betroffene. Rechte kennen. Hilfe bekommen. Selbstbestimmt leben.“, der Ende Juni 2025 erschienen ist und den ich Ihnen gern vorstellen würde. Vielleicht ist er für Sie von Nutzen?

Ich bin Generationenberaterin, psychologische Beraterin, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Familienpflegerin.

Seit einigen Jahren schreibe ich Bücher zu den Themen:

- a) **Gesundheit, Aufklärung, Vorsorge, Pflege**, mit vielen Kenntnissen und Erfahrungen aus meiner Beratungspraxis, der Generationen Beratung Moers, die ich vor 20 Jahren gegründet habe und die mittlerweile mit mehreren Angestellten und in zweiter Generation betrieben wird,
- b) **Lymphödem und Lipödem**, da ich bin selbst von Geburt an von dieser Krankheit betroffen bin und mich immer schon intensiv, auch wissenschaftlich, mit ihr beschäftigt habe.

Bereits mein erstes Buch „Leben mit dem Lymphödem“ stieß 2016 auf reges Interesse. Seit 2023/2024 baue ich diese Publikationstätigkeit mit weiteren Veröffentlichungen kontinuierlich aus. Hinzu kommt ein entsprechendes Wirken in der Öffentlichkeit mit ersten Beiträgen in Presse und TV und ersten Vorträgen und Lesungen.

Von medizinischen Fachexperten und Medien werden meine Bücher positiv aufgenommen. So schreibt zum Beispiel das Lymphjournal, das Journal für Ärzt:innen, Patient:innen und Therapeut:innen, über mein 2024 erschienenes Buch „Älter werden mit dem Lymphödem“:

„Älter werden mit dem Lymphödem‘ ist ein unverzichtbarer Ratgeber für alle, die mit dieser Erkrankung leben müssen oder beruflich damit in Berührung kommen. Kirsten Schade vermittelt auf verständliche Weise Wissen und Erfahrungen und zeigt, dass ein gutes Leben mit einem Lymphödem auch im fortgeschrittenen Alter möglich ist. Das Buch ist eine wertvolle Unterstützung, die Mut macht und konkrete Hilfestellungen bietet.“

Mein **neues Buch „Finanzielle Unterstützung leicht gemacht“** möchte chronisch kranken Menschen sowie Lymph- und Lipödem-Betroffenen

zeigen, **welche finanziellen Leistungen und Unterstützungsangebote für chronisch Kranke möglich sind und wie man sie bekommt.**

✓ Mit aktuellen Informationen zu Kranken- und Pflegekassenleistungen, staatlichen Hilfen, steuerlichen Freibeträgen, Zukunftsperspektiven und vielem mehr

✓ Mit vielen Tipps, Checklisten, Formulierungshilfen und Beispielen, verständlich erklärt und direkt umsetzbar

✓ Mit echten Erfahrungsberichten, hilfreichen Adressen und mutmachenden Impulsen

✓ Geeignet für Betroffene, Angehörige, Berater, Selbsthilfegruppen – und alle, die sich nicht länger allein durch das System kämpfen wollen

Außerdem möchte dieses Buch seinen Leserinnen und Lesern **Mut machen, die eigenen Rechte wahrzunehmen** – selbst bei einer Ablehnung. Denn wer informiert ist, kann selbstbestimmt handeln.

Gerne würde ich Ihnen **ein Rezensionsexemplar von „Finanzielle Unterstützung leicht gemacht“ zusenden**, damit Sie sich selbst ein Bild machen können. Einen ersten Einblick bekommen Sie über die Buchvorstellung und die Leseprobe im Anhang.

Gern stehe ich Ihnen auch für **Interviews, Vorträge, Lesungen, Gastbeiträge oder andere Arten der Zusammenarbeit** zur Verfügung.

Möchten Sie einige **Flyer zum Buch** auslegen? Auch das ist möglich.

Was meinen Sie? Ist mein neuer Ratgeber für Sie interessant?

Ich bedanke mich für Ihre Aufmerksamkeit.

Mit freundlichen Grüßen
Kirsten Schade

Kirsten Schade
Neuer Wall 2 (Wallzentrum Erdgeschoss), 47441 Moers
E-Mail: info@kirsten-schade.de, info@generationenberatung-moers.de
Telefon: 02841 88 243 88, 0173 973 13 13

FINANZIELLE UNTERSTÜTZUNG LEICHT GEMACHT

Der Wegweiser für chronisch Kranke, Lymphödem- und Lipödembetroffene.
Rechte kennen. Hilfe bekommen. Selbstbestimmt leben.

(Reihe „Ratgeber zum Thema Lymphödem“ Band 4)



Veröffentlicht
Juni 2025, 1. Auflage

ISBN Softcover:
978-3-384-62528-1

ISBN Hardcover:
978-3-384-62529-8

ISBN E-Book:
978-3-384-62530-4

Bezug: Sie bekommen dieses
Buch im Buchhandel, bei
Online-Shops und unter
<https://lebenmitdemlymphoedem.de>.

ÜBER DAS BUCH

Sind Sie chronisch krank – und müssen nun auch noch den Papierdschangel bewältigen? Dieses Buch ist Ihr verlässlicher Kompass durch das oft unübersichtliche System aus Anträgen, Bescheiden, Fristen und Formularen.

Ob Hilfsmittel und Kompressionsversorgung, Behandlungen und Fahrkostenerstattung oder Reha und Erwerbsminderung – dieser praxisnahe Ratgeber erklärt Schritt für Schritt, welche Leistungen Ihnen zustehen und wie Sie sie durchsetzen. Mit vielen Tipps, Checklisten, Formulierungshilfen und Beispielen, verständlich erklärt und direkt umsetzbar.

Die Autorin kennt diese Herausforderungen aus eigener Erfahrung. Sie zeigt nicht nur Wege zur finanziellen Entlastung auf, sondern macht auch Mut, die eigenen Rechte wahrzunehmen – selbst bei einer Ablehnung. Denn wer informiert ist, kann selbstbestimmt handeln.

Für alle, die Klarheit suchen und nicht mehr alles allein stemmen wollen.

✓ Mit aktuellen Informationen zu Kranken- und Pflegekassenleistungen, staatlichen Hilfen, steuerlichen Freibeträgen, Zukunftsperspektiven und vielem mehr

✓ Mit echten Erfahrungsberichten, hilfreichen Adressen und mutmachenden Impulsen

✓ Geeignet für Betroffene, Angehörige, Berater, Selbsthilfegruppen – und alle, die sich nicht länger allein durch das System kämpfen wollen

ÜBER DIE AUTORIN



Kirsten Schade, geboren 1961 in Moers, ist seit ihrer Geburt an einem einseitigen, primären Lymphödem erkrankt.



















Leider ist diese Erkrankung bei vielen Ärzten und Patienten immer noch relativ unbekannt.






Doch durch zahlreiche Reha- und Krankenhausaufenthalte hat sie schon in jungen Jahren viele Patienten über diese Krankheit aufklären können.











Seit 2004 arbeitet sie freiberuflich in ihrer eigenen Beratungspraxis für kranke und schwerbehinderte Menschen sowie deren Angehörige. Hier berät sie von der Pflege bis zur Patientenverfügung und Nachlassabwicklung nicht nur Patienten, die an einem Lymphödem erkrankt sind.

Seit 2016 schreibt sie Bücher zum Thema „Lymphödem und Lipödem“ und anderen gesundheitlichen Themen.

INHALTSVERZEICHNIS

 INHALTSVERZEICHNIS	5
 VORWORT	9
 EINLEITUNG	11
 Meine Motivation als Autorin und Betroffene	11
 Warum dieses Buch wichtig ist	12
 So arbeiten Sie mit diesem Buch	14
 Was ist eine chronische Erkrankung?	16
 Lymph- & Lipödem als chronische Erkrankung	16
 KAPITEL 1: STAATLICHE HILFEN	
– SO UNTERSTÜTZT SIE DER SOZIALSTAAT	19
 Gesetzliche Leistungen im Überblick	19
◆ 1.1. Eingliederungshilfe	19
◆ 1.2. Krankengeld	24
◆ 1.3. Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben (LTA)	28
◆ 1.4. Blinden- und Sehbehindertengeld, Blindenhilfe	33
◆ 1.5. Schwerbehindertenausweis	38
◆ 1.6. Sozialhilfe, Wohngeld & Hilfe zur Pflege	47
<input checked="" type="checkbox"/> 1.7. Wo kann ich staatliche Hilfe beantragen?	55
 Förderprogramme & Stiftungen	56
 1.8. Wer hilft zusätzlich?	56
<input checked="" type="checkbox"/> 1.9. Antragstellung mit Erfolg	62
 KAPITEL 2: KRANKENKASSE & VERSICHERUNG	
– SO HOLEN SIE DAS BESTE FÜR SICH HERAUS	66
 Wie das deutsche Versicherungssystem funktioniert	66
 2.1. GKV & PKV im Überblick	67
 Diese Leistungen stehen Ihnen u. a. zu:	69
◆ 2.2. App. intermittier. Kompressionstherapie (AIK)	69
◆ 2.3. Chirurgische Eingriffe	71
◆ 2.4. Fahrkosten	75
 2.5. Kompressionsversorgung	79
◆ 2.6. Manuelle Lymphdrainage	84
◆ 2.7. Physiotherapie & Bewegungstherapie	87
◆ 2.8. Psychosoziale Unterstützung	91
◆ 2.9. (Lymphologische) Rehabilitation	95
◆ 2.10. Rehabilitationssport (Rehasport)	109
◆ 2.11. Zuzahlungsbefreiung	113
 KAPITEL 3: PFLEGEVERSICHERUNG & PFLEGEGRADE	
– SO SICHERN SIE SICH HILFE IM ALLTAG	121
◆ 3.1. Was ist die Pflegeversicherung?	121
◆ 3.2. Voraussetzungen für Leistungen der Pflegevers.	123
◆ 3.3. Pflegegrad beantragen	125

◆ 3.4. Geld & Leistungen im Überblick	129
🏠 Pflegegeld (häusliche Pflege durch Angehörige)	129
🛠️ Pflegehilfsmittel (Alltagserleichterung mit System)	131
👤 Besonderheiten bei Lymph- und Lipödemen	133
 KAPITEL 4: BERUFLICHE REHABILITATION	
& ERWERBSMINDERUNG	138
👤 4.1. Ihre Rechte bei beruflicher Belastung	138
🏥 Medizinische Rehabilitation	138
🔧 Berufliche Rehabilitation	141
🔍 Beratung & Förderung	142
◆ 4.2. Erwerbsminderungsrente beantragen	144
📄 Unterlagen, Nachweise & Tipps	144
◆ 4.3. Was Ihnen zusteht	150
◆ 4.4. Erwerbsminderung bei Lymph- & Lipödemen	153
 KAPITEL 5: STEUERN & FREIBETRÄGE	
– SO SPAREN SIE ALS CHRONISCH KRANKE PERSON	157
◆ 5.1. Steuerliche Vorteile bei chronischer Erkrankung	157
👤🏥 Behinderten-Pauschbetrag	158
📄 Pflege-Pauschbetrag	160
🏠 Außergewöhnliche Belastungen	163
🏠 Nachteilsausgleiche für Menschen mit Behinderung	165
◆ 5.2. Was Sie absetzen können	169
💊 Medikamente	170
🏥 Medizinische Hilfsmittel	170
🚗 Fahrtkosten zu medizinischen Zwecken	171
🔧 Haushaltsnahe Dienst- & Handwerkerleistungen	172
◆ 5.3. So stellen Sie den Antrag	176
 KAPITEL 6: IHRE RECHTE	
& WAS TUN BEI ABLEHNUNG	181
📄 6.1. Checkliste für einen erfolgreichen Widerspruch	182
◆ 6.2. Hilfe holen: Sozialverbände & Rechtsberatung	186
 KAPITEL 7: SELBSTHILFE & NETZWERKE	
– GEMEINSAM STATT ALLEIN	191
◆ 7.1. Warum Selbsthilfe so wertvoll ist	191
◆ 7.2. Selbsthilfegruppen & Beratungsangebote	195
◆ 7.3. Nützliche Links, Organisationen & Literatur	198
 KAPITEL 8: VORSORGE- & NOTFALLORDNER	
– ALLES GEREGET, WENN ES DARAUF ANKOMMT	206
◆ 8.1. Warum ein Vorsorgeordner unverzichtbar ist	206
◆ 8.2. Checkliste: Was hineingehört	209
◆ 8.3. Sichere Aufbewahrung & Aktualisierung	212

	KAPITEL 9: ERFAHRUNGSBERICHTE	
	– GESCHICHTEN, DIE MUT MACHEN	216
	9.1. Persönliche Berichte von Betroffenen	216
	KAPITEL 10: AUSBLICK & ZUKUNFTSPERSPEKTIVEN	221
	10.1. Was sich rechtlich verändert	221
	10.2. Entwicklungen in der Versorgung von Lymph- und Lipödem-Betroffenen	225
	10.3. Mutmachende Worte für den weiteren Weg	233
	WICHTIGE ADRESSEN UND ANLAUFSTELLEN	237
	WEITERE BÜCHER DER AUTORIN	242
	ÜBER DIE AUTORIN	242
	KONTAKT	249

■ VORWORT

Liebe Leserinnen und Leser,

herzlich willkommen zu meinem vierten Band über das Leben mit einem Lymphödem oder Lipödem.

In diesem Buch möchte ich Ihnen umfassende Informationen zur finanziellen Unterstützung und zu Versicherungsmöglichkeiten geben.

Als Autorin, Betroffene und langjährig engagierte Beraterin weiß ich aus eigener Erfahrung, wie überfordernd es sein kann, mit einer chronischen Erkrankung zu leben und gleichzeitig den Überblick über Anträge, Fristen, Kostenerstattungen und Rechte zu behalten.

Menschen mit einem Lymph- oder Lipödem stehen zudem oft noch vor besonderen Problemen: lange Therapiezeiten, hohe Selbstkosten, unklare Zuständigkeiten und viele offene Fragen.

Dieses Buch ist aus dem Wunsch heraus entstanden, genau hier eine praktische, verständliche und motivierende Unterstützung zu bieten.

Mit diesem Leitfaden erhalten Sie kein trockenes Regelwerk, sondern eine Sammlung aus über 20 Jahren beruflicher und privater Erfahrung, aus Gesprächen mit Betroffenen, mit Fachleuten, Krankenkassen, Behörden – und aus dem echten Leben.

Ich hoffe, dass Ihnen dieses Buch nicht nur dabei hilft, leichter finanzielle Unterstützung zu erhalten, sondern Ihnen auch Mut macht, Ihre Anliegen mit Klarheit und Selbstbewusstsein zu vertreten.

Ihre Kirsten Schade



EINLEITUNG

MEINE MOTIVATION ALS AUTORIN UND BETROFFENE

Mein Name ist Kirsten Schade und ich lebe seit meiner Geburt mit einem primären, kongenitalen Lymphödem.

Die Diagnose erhielt ich erst im Alter von 24 Jahren, was bedeutete, dass ich viele Jahre mit den Symptomen lebte, ohne genau zu wissen, was die Ursache dafür war. Diese späte Diagnose war für mich ein Wendepunkt, der mein Leben grundlegend veränderte.

Es folgte eine Phase der intensiven Auseinandersetzung mit meiner Erkrankung und der Suche nach Wegen, mein Leben trotz ihrer Herausforderungen positiv zu gestalten.

Durch zahlreiche Reha- und Krankenhausaufenthalte konnte ich nicht nur meine eigene Gesundheit besser managen, sondern auch wertvolle Erfahrungen sammeln und Kontakte knüpfen, die mir halfen, ein tiefes Verständnis für die Bedürfnisse und Schwierigkeiten von Menschen – nicht nur – mit einem Lymph- oder Lipödem zu entwickeln.

Dieses Wissen und meine persönlichen Erfahrungen haben mich dazu motiviert, anderen Betroffenen zu helfen und mein Wissen weiterzugeben.

Vor über 20 Jahren gründete ich die Firma GenerationenBeratung Moers, die sich auf die Unterstützung von Menschen mit chronischen Erkrankungen spezialisiert hat. Unser Ziel ist es, Betroffenen und ihren Angehörigen umfassende Beratung und praktische Unterstützung zu geben. Wir gehen bei der Antragstellung zur Hand, bieten Schulungen und Vorträge an und unterstützen bei der Bewältigung des Alltags.

Ich weiß aus eigener Erfahrung, wie mühsam es sein kann, die nötigen finanziellen Hilfen und Ansprüche zu verstehen und zu erhalten. Deshalb habe ich dieses Buch geschrieben, um Ihnen zu helfen, sich in diesem komplexen Bereich besser zurechtzufinden und die Unterstützung zu bekommen, die Sie verdienen.

WARUM DIESES BUCH WICHTIG IST

Wer chronisch krank ist, trägt nicht nur eine körperliche Last, sondern oft auch eine finanzielle. Viele Leistungen, auf die man rechtlich Anspruch hätte, bleiben ungenutzt. Die Gründe dafür sind oft fehlende Informationen, Unsicherheiten bei der Antragstellung oder Frust über bürokratische Hürden.

Genau hier möchte dieses Buch ansetzen: Es zeigt Ihnen **konkret, Schritt für Schritt**, wie Sie Leistungen beantragen, wo Sie Hilfe bekommen und wie Sie das System für sich nutzen – egal, ob Sie gesetzlich oder privat versichert sind.

Ziel ist es, Ihnen einen verständlichen und umfassenden Überblick über finanzielle Unterstützungsangebote zu geben, damit Sie Ihre Rechte kennen und nutzen können.

Für wen ist dieser Leitfaden gedacht?

- Für Menschen mit chronischen Erkrankungen, die sich finanziell entlasten möchten
- Für Menschen mit chronischen Erkrankungen, die mehr Klarheit über ihre Rechte und Möglichkeiten haben möchten
- Für Menschen mit einem Lymphödem oder Lipödem, weil das aus meiner eigenen Betroffenheit heraus eine meiner besonderen Zielgruppen ist
- Für Angehörige und Pflegepersonen sowie Fachkräfte im Gesundheits- und Sozialwesen, die unterstützen möchten

Was erwartet Sie in diesem Buch?

- Zahlreiche Tipps zu Antragstellung, Widerspruch, Zuzahlung, Pflege, Reha & Co.
- Klar gegliederte Kapitel mit Checklisten, Beispielen und rechtlichen Hinweisen
- Mutmachende Erfahrungsberichte und praktische Orientierungshilfen

Finanzielle Unterstützung muss nicht kompliziert sein – Sie müssen nur wissen, wie es geht. Mit diesem Buch sind Sie bestens gerüstet, um Ihre Rechte aktiv wahrzunehmen.

SO ARBEITEN SIE MIT DIESEM BUCH

Ihr Wegweiser durch Anträge, Leistungen & Möglichkeiten:

Dieses Buch ist bewusst so aufgebaut, dass Sie **nicht alles von vorne bis hinten lesen müssen**, sondern sich genau das herausuchen können, was **für Sie jetzt relevant** ist.

Die Kapitel sind nach Themen sortiert (z. B. Krankenkasse, Pflege, Steuern) und so geschrieben, dass Sie **auch als Laie sofort einsteigen können**, ohne juristische Vorkenntnisse.

Zur Orientierung habe ich Ihnen hilfreiche Hinweise, Tipps und Checklisten mit Symbolen kenntlich gemacht.

Die wichtigsten Symbole auf einen Blick:

Wissenswert

Hintergrundinfos, rechtliche Grundlagen oder aktuelle Entwicklungen, verständlich erklärt.

Tipp aus der Praxis

Hier finden Sie konkrete Empfehlungen, wie Sie Anträge clever vorbereiten, worauf Sie bei Gesprächen mit Kassen oder Behörden achten sollten oder wie Sie Fallstricke vermeiden.

Wichtiger Hinweis

Diese Stellen sollten Sie besonders aufmerksam lesen – hier geht es um Fristen, Voraussetzungen oder rechtliche Besonderheiten.

Checkliste

Praktisch zum Abhaken: Alles, was Sie vorbereiten, ausfüllen oder einreichen sollten, direkt übertragbar auf Ihre persönliche Situation.

So holen Sie das Beste für sich heraus:

- Arbeiten Sie mit **Post-its oder Markierungen**, wenn Sie das Buch als Nachschlagewerk verwenden.
- Nutzen Sie die **Checklisten**, um Ihre Unterlagen und Anträge systematisch vorzubereiten.
- Falls Sie nicht weiterkommen, finden Sie im Anhang **wichtige Kontaktstellen und Beratungsangebote**.

Dieses Buch gehört Ihnen – machen Sie es zu Ihrem Werkzeug. Blättern, markieren, ergänzen Sie, ganz so, wie es für Sie am besten passt.

NOCH ZWEI HINWEISE

Ein rechtlicher Hinweis: Bitte beachten Sie, dass die Informationen in diesem Buch sorgfältig recherchiert wurden und den Stand von 2025 wiedergeben. Dennoch ersetzen sie keine individuelle Rechtsberatung. Für spezifische Anliegen empfehle ich Ihnen, sich an entsprechende Fachstellen oder Beratungsdienste zu wenden.

Und zum Sprachgebrauch: Damit der Text besser zu lesen ist, verzichtet dieses Buch teilweise auf eine Gender-Schreibweise. Natürlich sind immer alle Leserinnen und Leser, gleich welchen Geschlechts, angesprochen.

WAS IST EINE CHRONISCHE ERKRANKUNG?

Eine chronische Erkrankung ist eine Krankheit, die lange andauert, oft schwer oder gar nicht vollständig heilbar ist und dazu führt, dass wiederholt Behandlungen in Anspruch genommen werden müssen. Beispiele hierfür sind Diabetes mellitus, Asthma, chronisch obstruktive Atemwegserkrankungen, koronare Herzkrankheit, Lymphödem und Lipödem.

Chronische Erkrankungen stellen nicht nur eine gesundheitliche Belastung dar, sondern bringen oft auch erhebliche finanzielle Belastungen mit sich. Viele Betroffene fühlen sich im Dschungel der Bürokratie verloren und wissen

nicht, welche Unterstützung ihnen zusteht oder wie sie diese beantragen können.

Dieses Buch soll Ihnen einen klaren Überblick über die vielfältigen finanziellen Hilfen geben, die Ihnen zustehen. Es soll Ihnen Mut machen und das nötige Handwerkszeug bieten, um Ihre Lebensqualität trotz aller Hürden der Erkrankung zu verbessern.

LYMPH- & LIPÖDEM ALS CHRONISCHE ERKRANKUNG

Das **Lymphödem** ist eine chronische Erkrankung, die durch eine Störung im Lymphsystem verursacht wird. Dabei kann die Lymphflüssigkeit nicht mehr ausreichend aus dem Gewebe abtransportiert werden, was zu einer Ansammlung dieser Flüssigkeit führt. Dies führt zu Schwellungen, die häufig an Armen oder Beinen auftreten.

Symptome und Anzeichen eines Lymphödems:

- Schwellungen: Diese beginnen oft mit einer weichen, teigigen Schwellung, die im frühen Stadium durch Hochlagern des betroffenen Körperteils reduziert werden kann.
- Hautveränderungen: Mit Fortschreiten der Erkrankung kann die Haut über dem Ödem verdicken und verhärten, was zu einer verminderten Elastizität der Haut führt.
- Schweregefühl und Spannungsgefühl: Patienten berichten häufig von einem Gefühl der Schwere und Spannung im betroffenen Bereich.
- Eingeschränkte Beweglichkeit: In fortgeschrittenen Stadien kann die Beweglichkeit des betroffenen Körperteils eingeschränkt sein.
- Infektanfälligkeit: Durch die Stauung der Lymphflüssigkeit kann es zu einer erhöhten Anfälligkeit für Infektionen wie Erysipel (Wundrose) kommen.

Eine frühzeitige Diagnose und eine konsequente Therapie sind entscheidend, um das Fortschreiten des Lymphödems zu verhindern und die Lebensqualität der Betroffenen zu erhalten.

Das **Lipödem** hingegen ist eine chronische Fettverteilungsstörung, die fast ausschließlich bei Frauen auftritt. Sie führt zu einer ungleichmäßigen Fettverteilung im Körper, insbesondere an Hüften, Oberschenkeln, Knien und Unterschenkeln. Die genauen Ursachen des Lipödems sind noch nicht vollständig geklärt, jedoch werden hormonelle Veränderungen und genetische Faktoren als mögliche Auslöser diskutiert.

Symptome und Anzeichen eines Lipödems:

- Symmetrische Fettansammlungen: Typischerweise treten diese an den Hüften, Oberschenkeln und dem Gesäß auf, manchmal auch an den Armen.

- Schmerzen und Druckempfindlichkeit: Die betroffenen Bereiche sind oft schmerzhaft und empfindlich gegenüber Druck oder Berührung.
- Neigung zu Blutergüssen: Schon bei geringfügigen Stößen können Hämatome entstehen.
- Kalte Haut: Die Haut über den betroffenen Fettdepots fühlt sich oft kälter an als andere Körperbereiche.
- Fortschreitende Symptome: Ohne Behandlung können sich die Symptome verschlimmern und die Mobilität einschränken.

Beide Erkrankungen sind nicht nur physisch belastend, sondern können auch erhebliche finanzielle Aufwendungen erfordern. Die Kosten für Behandlungen, spezielle Hilfsmittel oder notwendige Anpassungen im Alltag können sich ganz erheblich summieren. Deshalb möchte dieses Buch Ihnen dabei helfen, die verfügbaren finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten zu kennen und effektiv zu nutzen, um Ihren Alltag trotz der Erkrankung bestmöglich zu gestalten.