

Unsere Treffen

Wir treffen uns jeden 2. Dienstag im Monat
von 18.00-20.00 Uhr
im AOK Gebäude
Willmar-Schwabe-Straße 2 • 04109 Leipzig
3. Etage Raum 306
Bei kommen vor 18.00 Uhr
bitte den Haupteingang benutzen und
danach den Personaleingang.
Von der Jahnallee aus
zu erreichen mit der Straßenbahn Linie
3, 7, 8, 15 Haltestelle Waldplatz.

Neu • Entstauungsgymnastik

jeden Dienstag von 10.00-11.00 Uhr
Fechthalle Sportfakultät Jahnallee 59
04109 Leipzig 0149 Jeden Donnerstag
von 17.30 Uhr bis 18.30 Uhr
Sporthalle Eitingonhaus
Eitingonstraße 12 • 04105 Leipzig
Sie können sich eine
Ärztliche Verordnung für
Rehabilitationssport
von ihrem Arzt geben lassen
Nähere Informationen und
Anmeldung bei Rehasport
Leipzig e.V. • 0341 308 545 87
oder, Simone Kern 0179 545 55 61



Lymphsport

Wann? Jeden Dienstag 17.00 Uhr
Wo? PhysioReis
Praxis für
Physiotherapie
Dredner Straße 70
04317 Leipzig
Anmeldung: 0341 271 998 66



Kontakt zu uns

Selbsthilfegruppe Lymph-Leos
Ansprechpartner Simone Kern
Telefon: 0341 228 5315
Mobil: 0179 545 55 61
Mail: lymph-leos@web.de
WEB: www.lymph-leos.de
c/o PhysioReis • Dredner Straße 70
04317 Leipzig
Landessprecher der
Lymphselbsthilfe e.V.
für Sachsen und
Sachsen Anhalt
Simone Kern
und Sabine Stops
www.lymphselbsthilfe.de



Weitere Informationen finden
Sie unter:
www.prolymph-leipzig.de
www.lipoedem-hilfe-ev.de



Lymph-Leos

Selbsthilfegruppe für Lymph- und
Lipödemerkrankungen in Leipzig.

Neue Mitglieder sind uns herzlich Willkommen!
Gemeinsam können wir Vieles schaffen!
Lasst uns zusammen finden!

**Was versteht man unter...
...einem Lymphödem?**

Ein Lymphödem ist eine Erkrankung des Lymphgefäßsystems.

Das Lymphgefäßsystem ist für den Abtransport von Flüssigkeit und Eiweiß aus dem Gewebe verantwortlich.

Kommt es zur Störung dieses Abtransportes, oder ist die Transportkapazität zu gering, bleiben die Flüssigkeit und das Eiweiß im Gewebe, und es entsteht eine Schwellung, das Lymphödem.

...einem Lipödem?

Das Lipödem bezeichnet eine Fettverteilungsstörung. Bei dieser Erkrankung sind die Fettzellen zum einen vergrößert, zum anderen vermehren sie sich. Es ist eine meist fortschreitende Erkrankung, die durch eine symmetrische Unterhaut-Fettgewebsvermehrung, überwiegend der Beine, selten der Arme gekennzeichnet ist.

Zusätzlich besteht eine Ödembildung, häufig mit Spannungs-, Druck- und Berührungsschmerz, sowie einer Neigung zu Blutergüssen, auch nach kleineren Verletzungen. Im fortgeschrittenen Stadium kann sich ein Lymphstau ausbilden. Ein Lipödem ist nicht Ausdruck von Übergewicht.

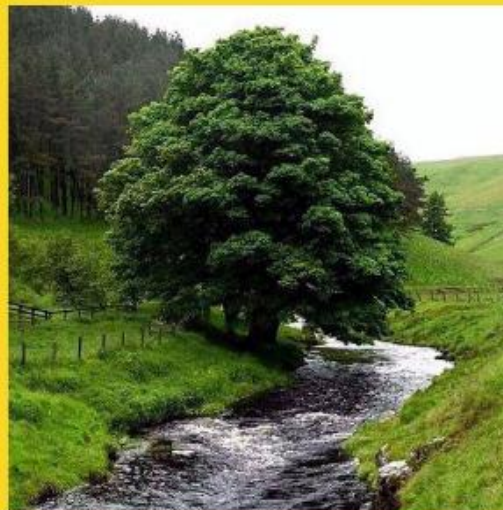
...einem Lipolymphödem?

Ein Lipolymphödem stellt die Kombination einer Fettverteilungsstörung und einer sekundären Schädigung des Lymphsystems dar.

**Der Gesunde hat viele Wünsche,
der Kranke nur einen.**



**Wer keine Zeit für seine
Gesundheit hat, wird eines
Tages Zeit haben müssen,
krank zu sein.**



Wir wollen...

**... Betroffenen Ängste vor der
Krankheit nehmen!**

**...mit dieser Krankheit besser
Leben lernen!**

**... gemeinsam Bewegung erleben
und dadurch beweglich bleiben!**

**... Erfahrungen und Informationen
austauschen!**

**...mit Ärzten und Therapeuten
zusammen arbeiten!**

**... trotz Krankheit miteinander
Spaß haben!**

**... die Öffentlichkeit Informieren
und über Probleme und
Missstände aufklären!**