



PASSINAESTHETIK
PLASTISCHE CHIRURGIE AM SCHILLERPLATZ
DR. MED. STEFAN PASSIN
FACHARZT FÜR PLASTISCHE UND ÄSTHETISCHE CHIRURGIE

Informationsblatt zum Lipödem

Was versteht man unter einem Lipödem ?

Bei einem Lipödem handelt es sich um eine chronisch, krankhafte Fettverteilungsstörung, dessen Ursache noch nicht zu 100 % geklärt ist. Das Lipödem tritt fast ausschließlich bei Frauen auf und bricht nie vor der Pubertät aus. Betroffene Körperstellen sind zu 97 % der Fälle die Beine, oft an den Oberschenkeln aber auch an Gesäß und Hüfte und zu 31 % auch an den Armen.

Es besteht die Annahme, dass es einen hormonellen Zusammenhang mit der Entstehung des Lipödems gibt. Man hat beobachtet, dass die Krankheit meist nach einer Schwangerschaft, den Wechseljahren oder einer gynäkologischen Operation (wie zum Bsp. Entfernung von Gebärmutter, Eierstöcke, Eileiter) auftritt, bzw. sich verschlimmert. Auch eine familiäre Häufung des Lipödems konnte beobachtet werden. Außerdem möchten wir darauf aufmerksam machen – das sowohl magere als auch fettleibige Frauen an einem Lipödem erkranken können! Erstaunlicherweise gibt es in Asien so gut wie keine Patientinnen mit einem Lipödem.

Typische Symptome sind

- Spannungsgefühl

Die Gefäßwände werden mit zunehmendem Krankheitsverlauf durchlässiger, sodass sich vermehrt Lympflüssigkeit im umliegende Gewebe ansammelt. Was zur Folge das typische Spannungsgefühl hat.

- Schmerzen (Druckschmerz/stechender Schmerz) und Erschöpfung in den Beinen

Durch die andauernde Vermehrung der Fettzellen kommt es zu einem Sauerstoffmangel im Gewebe. Daraus resultierende Entzündungsprozesse im Gewebe sorgen für weitere Gewebeschädigungen und Schmerzen.

- ❖ Neigung zu blauen Flecken

Das häufige Auftreten von Hämatomen (blaue Flecke) entsteht durch die erhöhte Brüchigkeit der Blutgefäße.

Anfänglich treten die Symptome bei längerem Stehen oder Sitzen auf. Mit der Zeit werden die Beschwerden im Tagesverlauf zunehmend schlimmer, bis hin zum Unerträglichen. Verschlimmert werden die Symptome außerdem bei warmen Temperaturen, aber auch bei niedrigem Luftdruck (Flugreisen). Bei manchen Frauen sind die Symptome einige Tage vor der Monatsblutung besonders ausgeprägt.

Das Lipödem wird in Stadien und Typen eingeteilt.

Typen des Lipödems (Klassifizierung der betroffenen Regionen)

- Oberschenkel-Typ ("Reiterhosen"): Hüften und Oberschenkel sind betroffen
- Unterschenkel-Typ ("Bundhosen"): hier sind zusätzlich die Unterschenkel betroffen
- Knöchel-Typ ("Pumphosen"): hier sind zusätzlich die Unterschenkel bis zu den Knöcheln betroffen (eine deutliche Stufe ist sichtbar)

Sind auch die Arme betroffen, gleicht das Muster der Fettverteilung in der Regel dem der Beine.

Stadien des Lipödems (Einteilung über die Beschaffenheit der Haut und des Gewebes)

- Stadium I - beginnende Reiterhosen-Form, Hautbild ist glatt und gleichmäßig
 - Unterhautgewebe fühlt sich verdickt und weich an, Fettstruktur feinknotig
 - wird oft nicht als Lipödem erkannt
- Stadium II - ausgeprägte Reiterhosen und Fettdepots an Oberschenkelinnenseiten
 - grobknotige Hautoberfläche mit großen Dellen
 - Unterhautgewebe ist verdickt aber noch weich
- Stadium III - ausgeprägte Umfangsvermehrung
 - Hautlappen hängen über Hüfte, Knie und Knöchel
 - Unterhautgewebe stark verdickt, Haut wirkt derber und härter
- Stadium IV - zusätzlich zu den Symptomen im Stadium III Lymphödem
 - starke gesundheitliche Beeinträchtigungen und Mobilitätseinschränkungen
 - es kann Flüssigkeit aus den Beinen austreten

Beim *Lipo-Lymphödem* handelt es sich um ein zusätzlich entstandenes sekundäres Lymphödem. Dieses erkennt man eindeutig an den Schwellungen der Füße und den tiefen Falten an den Zehenwurzeln.

Das sekundäre Lymphödem, das aus einem Lipödem ein Lipo-Lymphödem macht, kann in allen Stadien des Lipödems entstehen! Eine begleitende Adipositas kann dies begünstigen.

Leide ich unter einem Lipödem ?

Wenn Sie die Mehrheit der Aussagen mit ja beantworten können, könnte eine Lipödem Erkrankung vorliegen.

- Ich habe Schmerzen und ein Spannungsgefühl spontan und grundlos in den Beinen.
- Die Symptome treten symmetrisch an beiden Beinen auf.
- Meine Hände und/oder Füße sind nicht betroffen.
- Ich neige vermehrt zu blauen Flecken. Schon bei geringem Druck bekomme ich Hämatome (blaue Flecken).
- Meine Beine (jedoch nicht die Füße) lagern Flüssigkeit (vor allem in der zweiten Tageshälfte) ein. Die Beine werden schwer und schmerzen, selbst das Hochlagern der Beine bringt keine Besserung.
- Ich treibe Sport und halte Diät, doch das Fettgewebe reduziert sich nicht.
- Mein Gesäß und meine Beine wirken unproportional zu meinem Oberkörper.
- Meine Haut im Bereich des Lipödems fühlt sich grobknotig und verdickt an.
- Meine Oberschenkel fühlen sich meist kalt an, selbst wenn ich ein Brennen in den Beinen spüre.
- Die Beschwerden/Symptome haben sich nach der Pubertät, einer Schwangerschaft oder den Wechseljahren bemerkbar gemacht
- Andere weibliche Familienmitglieder leiden unter den gleichen Symptomen wie ich.

Behandlung

Eine Heilung des Lipödems ist zum heutigen Zeitpunkt nicht möglich, da die Ursache immer noch nicht geklärt ist. Es ist aber möglich die Beschwerden und die Fettgewebismengen zu verringern, bzw. zu beseitigen und die Entstehung eines Lipo-Lymphödems zu verhindern. Diese Maßnahmen können den Betroffenen ein Stück Lebensqualität zurückgeben.

Für die Therapie des Lipödems gibt es 2 Möglichkeiten

- die Komplexe Physikalische Entstauungstherapie (KPE) und
- die operative Entfernung des krankhaft vermehrten Fettgewebes (Liposuktion)

Medikamente, Abführmittel oder eine Diät sind bei einem Lipödem wirkungslos. Sogenannte Diuretika können kurzfristig (wenige Tage) als Unterstützung zur manuellen Lymphdrainage (MLD) und Kompressionstherapie eingesetzt werden.