**Unangenehme Schwellungen: Lymphödem oder Lipödem?**

Geschwollene Gelenke sind vor allem bei heißem Wetter ein weit verbreitetes Phänomen und die Ursachen und Gegenmaßnahmen sind weithin bekannt. Bleiben Schwellungen der Beine oder Arme aber nicht nur bei hohen Temperaturen bestehen, sondern dauerhaft, kommen sogar Schmerzen und Spannungsgefühle hinzu, dann sollten Patienten hellhörig werden. Wenn Gliedmaßen unangenehm angeschwollen sind, ist das oft kein ausschließlich kosmetisches Problem, sondern möglicherweise eine ernsthafte Erkrankung, die behandlungsbedürftig ist. Bei Lipödem oder Lymphödem handelt es sich um zwei unterschiedliche Krankheitsbilder, die sich aber ähnlich äußern. Ein genauerer Blick auf die Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten ist lohnenswert. Der Gang zum Arzt und Sanitätshaus bringt Ihnen dann die helfende Therapie, um Ihre Beschwerden zu lindern.

Krankheitsbild Lipödem

Unter einem Lipödem leiden prozentual deutlich mehr Frauen als Männer. Es handelt sich hierbei um eine Verteilungsstörung des Fettgewebes: Die Fettzellen vermehren sich krankhaft und ungleichmäßig, besonders an den Beinen und dem Po, seltener auch an den Armen. Betroffene Personen berichten von starken Schmerzen und einer erhöhten Berührungsempfindlichkeit an den geschwollenen Stellen. Es lässt sich ein Unterschied im Schmerzempfinden an den betroffenen Stellen und den nicht betroffenen Körperpartien erkennen und es bilden sich auch bei leichten Berührungen schnell blaue Flecken. Ist das Ödem bereits fortgeschrittener, lässt sich leicht erkennen, dass es sich nicht um eine Gewichtszunahme im üblichen Sinn handelt, sondern um eine Verteilungsstörung: Der restliche Körper bleibt vergleichsweise schlank, sodass eine unnatürliche Silhouette entsteht. Der Leidensdruck der Patientinnen und Patienten ist jedoch besonders zu Beginn hoch, wenn das Ödem noch nicht als solches erkannt ist. Üblicherweise versuchen Betroffene, durch eine Diät eine Gewichtsabnahme zu erreichen und das Fettgewebe dadurch wieder loszuwerden. Diese Maßnahmen führen jedoch nicht zum Erfolg, da die Fettzellen sich trotzdem vermehren und die Körperform weiterhin verzerrt wirkt - ein Stigma für Betroffene. Der Arzt und das Sanitätshaus können Patientinnen und Patienten jedoch wirksam helfen, dass das Ödem nicht fortschreitet oder dass die Ursache sogar behoben wird.

Geeignete Therapien erleichtern das Leben mit Fettverteilungsstörung

Das krankhaft vermehrte Unterhautfettgewebe sorgt nicht nur durch den Druckschmerz und Spannungsgefühl für Probleme, sondern führt bei einer stärkeren Ausprägung der Krankheit auch zu unangenehmen Reibungspunkten an den Oberschenkeln, sodass Gehen und Treppensteigen zunehmend schwieriger werden. Die psychische Belastung durch die veränderte Optik ist ein weiterer Grund, sich frühzeitig um die Behandlung der Erkrankung zu kümmern. Ihr Sanitätshaus kann mit klassischen Therapien Abhilfe schaffen. Passgenaue Kompressionsstrümpfe verhindern ein Fortschreiten der Krankheit und Gehhilfen erleichtern das Laufen, sodass Sie trotz Erkrankung Ihre Lebensqualität erhalten. Auch eine operative Entfernung des krankhaft veränderten Fettgewebes kann die Krankheit stoppen, sofern bei dem chirurgischen Eingriff alle Fettzellen entfernt werden, die sich unkontrolliert vermehren. Unter Umständen können Patienten und Patientinnen dann sogar auf das Tragen der Kompressionsstrümpfe verzichten.

Krankheitsbild Lymphödem

Im Gegensatz zur Verteilungsstörung des Fettgewebes, die immer an beiden Gliedmaßen gleich ausgeprägt, also symmetrisch ist, kann bei einem Lymphödem auch nur eine Seite des Körpers betroffen sein. Bei dieser Erkrankung staut sich Lymphflüssigkeit im Gewebe, kann nicht abfließen und führt dann zum Anschwellen der Gliedmaßen. Die Lymphstauung kann auch nach einem Unfall oder einer Verletzung eine Folge der Vernarbung sein. Die Schwellung ist meist nicht schmerzhaft, sofern sie nicht entzündet ist, und lässt sich daher von einer Fettverteilungsstörung manchmal leicht unterscheiden. Oft ist die Ursache der Schwellung für die Patienten aber nicht leicht auszumachen, vor allem, da auch eine Lymphstauung beidseitig auftreten kann. Bei Schwellungen der Beine sollten Patienten also genauer hinschauen und sich von einem Arzt beraten lassen. Ist der Lymphstau extrem und wird er nicht behoben, können die Beine sich so stark verändern, dass sie an Elefantenbeine erinnern. Im Volksmund wird eine starke Lymphstauung deshalb auch als Elefantitis bezeichnet. Auch hier leidet die Psyche der Betroffenen ebenso wie der Körper. So weit muss es jedoch gar nicht kommen. Mit einer geeigneten Therapie kann die Lymphe wieder in den Fluss gebracht werden.

Mit Drainage und Kompression gegen den Stau

Damit durch die Schwellung keine Schäden im Gewebe entstehen, kann Ihr Sanitätshaus eine Komplexe Physikalische Entstauungstherapie KPE durchführen. Diese kombinierte Behandlung ist frei von Nebenwirkungen und sollte konsequent umgesetzt werden, damit das Gewebe nicht dauerhaft geschädigt wird. Die KPE kombiniert die geeignete Hautpflege mit manueller Lymphdrainage und Kompressionstherapie: Durch die Lymphdrainage wird der Abfluss der Flüssigkeit über die Engstelle hinweg gewährleistet. Dadurch wird das Gewebe vor der problematischen Stelle entlastet und die Schwellung reduziert sich. Damit keine neue Stauung entsteht, wodurch die Schwellung wiederkehren würde, passt Ihnen der Techniker Kompressionsstrümpfe an, die regelmäßig getragen werden müssen. So lassen sich Gewebeschäden, Schwellungen und wunde Hautstellen vermeiden und Sie können Ihr Leben trotz Ödem genießen.