



Praxis

**Dr. med. Bert Müller**

Facharzt für Allgemeinmedizin  
Chirotherapie / Sportmedizin

Beim Kastanienbaum 1, 86720 Nördlingen  
Tel: 09081 - 87111



## Merkblatt für Patienten mit Lipödem

Das Lipödem (entsprechend die Lipohyperplasie = Frühform des Lipödems) ist nicht das dicke Bein bei Übergewicht oder Adipositas. Es ist eine spezifische Veranlagung mit atypischer Verteilung und Verbreiterung des Unterhautfettgewebes an den Extremitäten (typischerweise mit verstrichener Fesseltaile bei schlanken Füßen), die fast ausschließlich Frauen betrifft. Das bedeutet, dass das Lipödem durch Gewichtsreduktion nicht zum Verschwinden gebracht werden kann; andererseits verschlimmert es sich aber bei deutlicher Gewichtszunahme.

Beim Lipödem besteht meist eine vermehrte Brüchigkeit der Hautgefäße mit Neigung zu kleinen Blutergüssen (blauen Flecken).

Ein Lipödem kann schmerzhaft sein. Mit fortschreitendem Alter entwickelt sich zum Lipödem oft zusätzlich eine Lymphabflussstörung (Lipolymphödem); diese ungünstige Entwicklung kann durch eine konsequente Behandlung vermieden werden.

Es gelten daher folgende grundsätzliche Verhaltensregeln für **Patientinnen mit Lipödem:**

1. Beurteilung und Verlaufskontrolle durch den Arzt.
2. Einhalten von Normalgewicht; Übergewicht abbauen.
3. Konsequente Kompressionstherapie mit medizinischen Kompressionsstrümpfen (die Frage einer Maßanfertigung, die Kompressionsklasse und Strumpflänge wird vom betreuenden Arzt festgelegt). Manuelle Lymphdrainagen fördern den Lymphabfluss zusätzlich und wirken oft günstig auf Befund und Beschwerden.
4. Bei Ausbildung einer Lymphabflussstörung müsse die „**Verhaltensregeln für Patienten mit Lymphödem**“ beachtet werden. Bei zusätzlichem Vorliegen von Venenschäden berät das „**Merkblatt für Patienten mit Venenerkrankungen**“.
5. In geeigneten Fällen kann ein Lipödem durch Fettabsaugung (Liposuktion) behandelt werden. Auch dazu berät Sie Ihr betreuender Arzt.