

**Liebe Leserin,  
lieber Leser,**

diese Seite entsteht unter Mitwirkung eines medizinischen Beirats. Ihm gehören an:

**Dr. Gerd Pommer** (Oldenburg),  
**Jens Wagenknecht** (Varel) und  
**Prof. Dr. Andreas Weyland**  
(Oldenburg).

**ALLES GUTE**

**EIN LIPÖDEM-OP** ist nach Angaben von Dr. Zaher Jandali in vielen Fällen sinnvoll. Sie wird aber längst nicht immer von den Krankenkassen getragen. Eine Kostenübernahme erfolge aktuell nur im Stadium III oder in allen Stadien im Rahmen einer Einzelfallentscheidung, die auf einer von einem qualifizierten Arzt ausgestellten Bescheinigung basiert. Alternativ können die Kosten für die OP selbst getragen werden.

**JUNIOR-ABC**

Fachleute erklären in dem kleinen Junior-ABC kurz und auch für Kinder verständlich Fachbegriffe aus dem Gesundheitsbereich. Heute geht die Diabetesberaterin Ina Meinzer auf den Begriff (T)SH ein.

**TSH** ist ein in der Hirnanhangdrüse gebildeter Stoff, der die Hormonproduktion in der Schilddrüse anregt. Mit der Bestimmung des TSH-Basalwerts lassen sich Hinweise auf eine Über- oder Unterfunktion der Schilddrüse gewinnen. Die Ermittlung des TSH-Werts ist zum Beispiel bei Patienten wichtig, die unter Müdigkeit oder vermehrt unter Haarausfall leiden.

**SERVICE**

**LIPÖDEME** werden je nach den betroffenen Regionen und den Ausprägungen in vier Typen und drei Stadien unterteilt. Im ersten Stadium liegt eine feinknotige Gewebebeschaffenheit vor. Im zweiten Stadium spricht die Medizin von einer grobknotigen Hautoberfläche und einem verdickten Unterhautgewebe. Im dritten Stadium sind die Verdickungen und Verhärtungen stark ausgeprägt. Zudem haben sich dann deformierende Fettablappen- und Wülste an den Oberschenkeln und oft auch an den Kniegelenken gebildet.

**TERMINE**

**URSACHEN** und Behandlungsmöglichkeiten bei Blutarmut und Eisenmangel stehen am 17. Februar im Mittelpunkt eines Vortrags mit Chefarzt Priv.-Doz. Dr. Christian Höne-mann im Niels-Stensen-Werk, Bgm-Möller-Platz 1, in Vechta. Beginn ist um 19 Uhr. Anmeldungen sind unter Telefon 04441/992800 möglich.

**ÜBER THERAPIEMÖGLICHKEITEN** bei starken Hüftschmerzen wird am 17. Februar unter Leitung von Chefarzt Dr. Nils H. Goecke im Krankenhaus Johanneum Wildeshausen informiert. Das Team des Endo-ProthetikZentrums stellt Konzepte für den Gelenkerhalt und den modernen Hüftgelenkersatz vor. Beginn ist um 19 Uhr im Cafe-Johanneum.

# Schmerzhaft und frustrierend

**LIPÖDEM** Fettverteilungsstörung erzeugt oft einen hohen Leidensdruck

Ein Lipödem ist für viele betroffene Frauen weit mehr als ein optischer Makel. Die Erkrankung ist mit Schmerzen und oft auch mit Funktionseinschränkungen verbunden.

VON KLAUS HILKMANN

**OLDENBURG** – Bei einem Lipödem handelt es sich um eine chronisch schmerzhafteste Fettverteilungsstörung, die den Alltag beeinträchtigt. Die symmetrische Form der Erkrankung kann die Hüften, den Po, die Arme und die Beine betreffen. Lipödeme sind von einer unnatürlich großen Vermehrung von Fettzellen in den jeweiligen Arealen gekennzeichnet. Die betroffenen Körperteile weisen im Vergleich zu dem zumeist schlanken Oberkörper eine deutliche Umfangsvermehrung auf.

Viele betroffene Frauen leiden unter Schmerzen. Zudem empfinden sie das Lipödem als unangenehm und unansehnlich. Das äußere Erscheinungsbild allein sagt allerdings nichts über das Beschwerdebild aus. Ein Lipödem kann bereits in einem frühen Stadium, in dem nur wenig von der Erkrankung zu sehen ist, unerträgliche Schmerzen und Spannungsgefühle in den betroffenen Armen und Beinen verursachen.

**Fast jede zehnte Frau**

„Zu den körperlichen Problemen kommt ein hoher psychischer Leidensdruck hinzu. Viele Betroffene mögen sich nicht mehr im Spiegel anschauen und ziehen sich immer mehr aus ihren sozialen Verbindungen zurück“, berichtet Dr. Zaher Jandali, Chefarzt der Klinik für Plastische, Ästhetische Rekonstruktive und Handchirurgie im Evangelischen Krankenhaus Oldenburg. Fachgesellschaften gehen davon aus, dass fast jede zehnte Frau in Deutschland betroffen ist. Viele nehmen das Lipödem-Problem lange Zeit oder dauerhaft hin, ohne ärztliche Hilfe zu suchen.

**BEI DER OP AUCH DIE VORLÄUFER-FETTZELLEN ABSAUGEN**

Chefarzt Dr. Zaher Jandali führt mit seinem Team im Evangelischen Krankenhaus Oldenburg pro Jahr mehr als 200 Fettabsaugungen bei Lipödem-Patientinnen durch. BILD: EV. KRANKENHAUS

**Für eine Lipödem-OP** gibt es mehrere bewährte Verfahren. Ziel ist stets, die Patientin soweit wie möglich komplett von den störenden Fettzellen zu befreien, betont Dr. Zaher Jandali. Entscheidend sei, dass neben den ausgewachsenen auch die Vorläufer-Fettzellen abgesaugt weil, weil diese – anders als die schon sichtbaren Fettzellen – sich noch nicht in neue Fettzellen ausdifferenzieren können.

**Je nach Ausprägung** der Erkrankung kann eine einzige OP ausreichen. Bei einem Lipödem in mehreren Regionen und in fortgeschrittenen Stadien können mehrere, in der Regel jeweils ein bis drei Stunden dauernde Eingriffe nötig sein, wobei die Vorder- und Rückseiten meistens in getrennten Operationen behandelt werden. Der Eingriff kann unter lokaler Betäubung oder Vollnarkose durchgeführt werden.

**Der Zugang** zu dem unter der Haut liegenden Fettgewebe erfolgt mittels weniger Millimeter kleiner Schnitte, durch die der Operateur die für das Absaugen benötigten Instrumente einführt. Zur Sicherheit der Patientin empfiehlt Dr. Jandali ab einer abgesaugten Menge von drei Litern eine stationäre Behandlung – inklusive Schmerztherapie sowie Kontrollen des Flüssigkeitshaushalts und der Wunden.

Warum und wie ein Lipödem entsteht, ist wissenschaftlich noch nicht geklärt. Sicher ist, dass es eine familiäre Disposition gibt. Die Erkrankung kann, muss aber nicht fortschreitend verlaufen. Sie tritt schubartig auf und kann in Folge von Veränderungen des weiblichen Hormonhaushalts ausgelöst bzw. verschlimmert werden, erklärt Dr. Jandali: „Die Schübe treten vor allem in jungen oder mittleren Jahren mit der Pubertät, der Schwangerschaft oder den Wechseljahren auf.“

Abgesehen von den optisch sichtbaren Auswirkungen kann die als Liphypertrophie

bezeichnete Vorstufe des Lipödems weitgehend symptomfrei bleiben. Sobald die Erkrankung zu Schmerzen sowie körperlichen oder psychischen Beschwerden führt, sollte eine qualifizierte Diagnose und Behandlung erfolgen. Ziel ist eine Linderung der Schmerzen sowie eine Verbesserung der Beweglichkeit und des äußeren Erscheinungsbilds.

**Regelmäßig bewegen**

In den meisten Fällen erfolgt zunächst eine konservative Behandlung, die vor allem das Tragen von Kompressionsstrümpfen und – wenn

zudem ein Ödem festgestellt wird – zusätzlich auch Lymphdrainage umfasst. Unterstützend sollten sich die Patientinnen regelmäßig bewegen und auf eine ausgewogene Ernährung achten.

Wenn die konservative Therapie nicht den gewünschten Erfolg bringt, kann eine Operation sinnvoll sein, bei der die überschüssigen Fettareale abgesaugt werden, betont Dr. Jandali: „Auch weil die OP aufwendig und nicht frei von Risiken ist, muss die Entscheidung in jedem Einzelfall sehr sorgfältig geprüft und gemeinsam mit der Patientin getroffen werden.“

## „Alles fühlt sich plötzlich viel leichter an“

**PATIENTINNEN** Mit Operation überzähliges Fett aus Armen und Beinen entfernt

VON KLAUS HILKMANN

**OLDENBURG** – „Ich fühlte mich immer schlechter und die Schmerzen waren kaum noch zu ertragen“. Janina Gräbel und Myrke Sierach haben ähnliche Erfahrungen mit ihrer Lipödem-Erkrankung gemacht. Die beiden jungen Frauen leiden seit ihrer Jugend unter unnatürlich stark angeschwollenen Beinen und Armen. Die ärztliche Diagnose ergab, dass sie unter einer krankhaften Fettverteilungsstörung leiden.

Nachdem es die zwei Oldenburgerinnen mit konservativen Behandlungen versucht hatten, haben sie sich im vergangenen Jahr für eine



Janina Gräbel und Myrke Sierach (rechts) haben sich für eine Lipödem-Operation entschieden. BILD: HILKMANN

Operation entschieden: „Für mich ist das die einzige Chance für eine Besserung“, erklärt Janina Gräbel. Ohne den Ein-

griff befürchtet Myrke Sierach zudem ein weiteres Fortschreiten: „Das möchte ich mit der OP verhindern.“

Inzwischen haben die beiden Frauen jeweils zwei von drei Eingriffen hinter sich, bei denen überzähliges Fett aus ihren Armen und Beinen entfernt wurde. Die Patientinnen fühlen sich schon jetzt deutlich besser: „Die Schwellungen sind zu einem großen Teil verschwunden. Alles fühlt sich plötzlich viel leichter und angenehmer an.“ Der Alltag lasse sich größtenteils wieder ohne Schmerzen bewerkstelligen.

Die in kurzer Zeit geplante dritte und vorerst letzte Lipödem-OP können Janina Gräbel und Myrke Sierach kaum erwarten: „Wir hoffen, dass wir danach weitgehend von den Beschwerden befreit sind.“

**INTERVIEW**

## Feine Kanüle zum Absaugen



BILD: KLAUS HILKMANN

Prof. Dr. Dr. Lukas Prantl (Bild) ist Präsident der Deutschen Gesellschaft der Plastischen, Rekonstruktiven und Ästhetischen Chirurgen.

VON KLAUS HILKMANN

**FRAGE:** Wann ist beim Lipödem eine medizinische Intervention sinnvoll?

**PRANTL:** Ein Lipödem ist grundsätzlich zu behandeln, wenn es die Lebensqualität durch Schmerzen, Druck- und Spannungsgefühle sowie mit einer Einschränkung der Mobilität beeinträchtigt. Dies ist beim Lipödem Stadium III in den meisten Fällen gegeben. Aber auch in weniger ausgeprägten Stadien kann eine Intervention sinnvoll sein.

**FRAGE:** Wie hoch ist das Komplikationsrisiko bei einer OP?

**PRANTL:** Wenn die Liposuktion von einem erfahrenen Chirurgen durchgeführt wird, sind die Risiken gering. Bei ausgedehnten Lipödem ist es sehr wichtig, dass die Behandlung etappenweise mit mehreren Eingriffen erfolgt und nicht zu große Volumina in einer Operation abgesaugt werden. Das Risiko steigt erheblich bei sehr großen Absaugmengen, da es bei der OP zu Flüssigkeits- und Elektrolytverschiebungen sowie zu einem Blutverlust und zur Auskühlung kommen kann.

**FRAGE:** Sind neue Therapieverfahren in der wissenschaftlichen Pipeline?

**PRANTL:** Entscheidend sind die zunehmenden Erkenntnisse zu diesem Krankheitsbild inklusive der engen Zusammenarbeit mit lymphologischen und physiotherapeutischen Zentren. Eine wichtige Weiterentwicklung ist die verbesserte Technik, bei der das Absaugen mit einem pulsierenden Wasserstrahlssystem und feinen Kanülen erfolgt.

## Gutschein

Gültig vom 11.02. – 17.02.2020

**15%  
Rabatt\***

auf ein Produkt Ihrer Wahl aus unserem nicht verschreibungspflichtigen Sortiment

**PLUSPUNKT  
APOTHEKE  
OLDENBURG**

SCHLOSSHÖFE Tel. 0441-390 118 330  
IM EISENGANG Tel. 0441-262 22  
ALEXANDERSTRASSE Tel. 0441-639 04

\* Nur ein Coupon pro Person und Artikel.  
Ausgenommen Aktionsangebote, keine Doppelabrechnung.  
Keine Taler. Nur haushaltsübliche Mengen. Gilt nicht auf Bestellungen, Botenlieferungen und für Produkte von Caudalie und Skin Ceuticals. Gilt aus gesetzlichen Gründen nicht auf verschreibungspflichtige Arzneimittel.