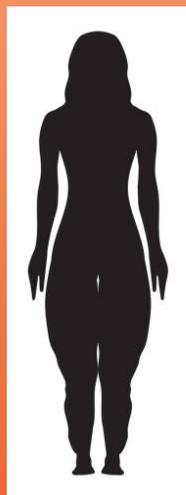


INFORMATIONEN FÜR UNSERE PATIENTINNEN

LIPÖDEM UND LIPOSUKTION



FRAGEN UND ANTWORTEN



HAUTÄRZTE
am Westpark Dr. H.-U. Püschel & Dr. K. Gaube

Allergologie | Phlebologie | Lymphologie | Ambulante Operationen | Lasermedizin | Medizinische Kosmetik



INHALT

Einleitung	3
Was ist ein Lipödem?	4
Was sind die typischen Symptome?	4
Was ist über die Ursachen bekannt?	5
Wie wirkt sich die Erkrankung auf die Psyche aus?	5
Wie wird die Diagnose gestellt?	6
Welche konservativen Behandlungsmöglichkeiten bestehen?	6
Kann ich die Erkrankung über die Ernährung beeinflussen?	7
Was muss ich über die operative Therapie (Liposuktion) wissen?	8
Bezahlen die Krankenkassen die Operationen?	9
Wie läuft die Liposuktion ab?	10
Was ist in der Zeit nach den Liposuktionen zu beachten?	12
Welches Ergebnis kann ich erwarten?	13
Über uns	14
Impressum	15

Sehr geehrte Patientin!

Bei Ihnen wurde ein Lipödem diagnostiziert. Viele von Ihnen haben bestimmt schon einen langen Leidensweg hinter sich, weil die Krankheit häufig erst spät erkannt und lange als Adipositas missgedeutet wird. Sicher haben Sie viele Fragen zu diesem Krankheitsbild und sind bei anderen Ärzten und im Internet auf viele, eventuell auch verwirrende und widersprüchliche Informationen gestoßen. Im Folgenden versuchen wir, Sie bestmöglich über Ihre Krankheit zu informieren und geeignete Therapieansätze zu erläutern.



kein Lipödem

Stadium 1

Stadium 2

Stadium 3

WAS IST EIN LIPÖDEM?

Das Lipödem ist eine chronische Erkrankung, die durch eine ungleichmäßige Ansammlung von Fettgewebe in bestimmten Körperregionen, typischerweise an den Beinen, häufig aber auch an den Armen, charakterisiert ist. Diese Ansammlungen führen zu Bewegungseinschränkungen, Schwellungen, Schmerzen und können die Lebensqualität stark beeinträchtigen. Es werden verschiedene Schweregrade und Verteilungsmuster unterschieden, wobei das Ausmaß der Fettvermehrung nicht immer mit der Stärke der Beschwerden korreliert. Die Erkrankung kommt nur bei Frauen vor und ist ausgesprochen häufig (Schätzungen zufolge bis zu 11% aller Frauen).

WAS SIND DIE TYPISCHEN SYMPTOME?

Typische Symptome sind vermehrte Fettansammlungen an den Beinen einschließlich Gesäß, oft auch an den Armen. In diesen Bereichen leiden die Patientinnen meist unter einer erhöhten Empfindlichkeit gegenüber Berührung oder Druck. Besonders an den Beinen kann es zu Schwellungen kommen, die über den Tag hinweg zunehmen. Häufig sind außerdem ohne äußere Ursache auftretende blaue Flecken, dauerhaftes Spannungsgefühl und Schmerzen.

Je nach Verteilung des Fetts haben die Patientinnen Beschwerden beim Treppensteigen oder bei der Verrichtung von Über-Kopf-Arbeiten und sind in der Ausübung vieler Sportarten stark eingeschränkt.

In vielen Fällen liegt eine begleitende Adipositas unterschiedlicher Ausprägung vor, was die Diagnosenstellung manchmal erschweren kann.

WAS IST ÜBER DIE URSACHEN BEKANNT?

Die genaue Ursache des Lipödems ist noch nicht vollständig verstanden. Es wird angenommen, dass genetische Faktoren und hormonelle Veränderungen eine Rolle spielen könnten. In einer Familie leiden oft alle Frauen unter einem Lipödem. Und häufig beobachtet man in Phasen hormoneller Veränderung (Pubertät, Schwangerschaften, Wechseljahre) eine Verschlechterung.

WIE WIRKT SICH DIE ERKRANKUNG AUF DIE PSYCHE AUS?

Das Lipödem kann eine erhebliche psychische Belastung mit sich bringen. Die sichtbaren Veränderungen des Körpers können zu einem gestörten Körperbild, Selbstwertproblemen und Essstörungen führen. Patientinnen erleben oft Frustration, Depression, soziale Isolation und Angstzustände aufgrund ihrer Erkrankung. Frauen mit Lipödem haben meist Schwierigkeiten, passende Kleidung zu finden, sich frei zu bewegen und sich in Gesellschaft wohl zu fühlen. Die anhaltenden Schmerzen und die Einschränkungen in der Mobilität können die Lebensqualität erheblich mindern.

WIE WIRD DIE DIAGNOSE GESTELLT?

Die Diagnose ergibt sich meist durch die körperliche Untersuchung (v.a. Tastbefund) und die typische Krankengeschichte der Patientinnen. Bei speziellen Fragestellungen, z.B. ob bereits eine Lipolymphödem oder eine Varikose vorliegen, können weitergehende Untersuchungen wie Ultraschall oder eine Lymphszintigrafie erfolgen.



WELCHE KONSERVATIVEN BEHANDLUNGSMÖGLICHKEITEN BESTEHEN?



Das Tragen von spezieller flachgestrickter, maßangefertigter Kompressionskleidung kann zur Verringerung von Schwellungen und Schmerzen führen. Dies kann gegebenenfalls mit Manuellen Lymphdrainagen über die Physiotherapie kombiniert werden.

KANN ICH DIE ERKRANKUNG ÜBER DIE ERNÄHRUNG BEEINFLUSSEN?

Gewichtsreduktion verbessert die allgemeine Gesundheit und Beweglichkeit und ist auch vor einer geplanten operativen Therapie des Lipödems sinnvoll. Um darüber hinaus einen positiven Effekt auf die Entzündungsaktivität im Fettgewebe und die dadurch entstehenden Schmerzen zu haben, wird eine Diät nach dem Prinzip „Wenig Kohlenhydrate, viel hochwertige Öle, mediterraner Stil“ empfohlen:



Öle mit vielen ungesättigten Fettsäuren (Olivenöl, Leinöl, Rapsöl), fettreiche Fischarten (Lachs, Makrele, Hering, Sardine...), Nüsse und Samen, Avocado, Oliven, Gemüse aller Art, Kräuter und Beeren.



Mageres Fleisch, Eier und Käse.



Fettiges Fleisch und Innereien, Butter, Margarine und allgemein alle Nahrungsmittel mit vorrangig ungesättigten Fettsäuren.

Wenn eine ausgesprägte Adipositas vorliegt, kann auch eine sogenannte bariatrische Operation (z.B. eine Magenverkleinerung) zur Gewichtsreduktion notwendig sein.

Es ist allerdings wichtig zu wissen, dass sich das Lipödem-Fett in den meisten Fällen kaum oder gar nicht durch diese Maßnahmen reduzieren lässt, da es sich hier nicht um Speicherfett handelt.

WAS MUSS ICH ÜBER DIE OPERATIVE THERAPIE (LIPOSUKTION) WISSEN?

Die Liposuktion ist gemäß der Leitlinie zur Behandlung des Lipödems die chirurgische Behandlungsmethode für diese Erkrankung und die einzige Methode, die das überschüssige Fett nahezu vollständig und nachhaltig entfernt. Dies kommt einer dauerhaften Heilung der Erkrankung am nächsten.

Die Bewegungseinschränkungen durch die Fettmassen werden beseitigt, man kann wieder Sport treiben, auch das Tragen von Stiefeln und Skischuhen ist wieder möglich. Beim Treppensteigen fühlen sich die Beine im Vergleich zu vorher federleicht an, ebenso (falls befallen) die Arme beim Haareföhnen. Die Schwierigkeiten, passende Kleidung zu finden, sind Vergangenheit.

Eine medizinische Studie konnte zeigen, dass die Liposuktion einen signifikanten Effekt auf die Schmerzreduktion hat, unabhängig vom jeweiligen Stadium des Lipödems. In einer großen Gruppe von Lipödem-Patientinnen zeigte sich eine durchschnittliche Schmerzreduktion von 6,99 (auf einer Skala von 0 bis 10) vor Liposuktion zu 2,24 nach Liposuktion.

In den meisten Fällen kann nach den Liposuktionen auf das sonst notwendige lebenslange Tragen von flachgestrickten Kompressionsstrümpfen und die regelmäßige Durchführung von manuellen Lymphdrainagen verzichtet werden.

BEZAHLEN DIE KRANKENKASSEN DIE OPERATIONEN?

Da die genannten konservativen Therapiemaßnahmen auf die Dauer sehr kostspielig sind, wäre es höchstwahrscheinlich sogar kostengünstig für die gesetzlichen Krankenkassen, die Kosten für die Liposuktionen zu übernehmen. Leider sind die Kassen dieser Argumentation jedoch nicht zugänglich. Lediglich in bestimmten stark fortgeschrittenen Fällen ist eine Operation „auf Kasse“ prinzipiell möglich. Die Hürden hierfür sind allerdings hoch und das Honorar für die Eingriffe so niedrig, dass in der Realität kaum Patientinnen in den Genuss dieser Leistung kommen.

Im persönlichen Gespräch informieren wir Sie gerne über die zu erwartenden Kosten. Natürlich ist es auch möglich, mit unserer Hilfe einen Antrag auf Kostenübernahme bei der jeweiligen Krankenkasse zu stellen, über den dann individuell entschieden wird. In der Regel werden diese Anträge aber abgelehnt mit dem Hinweis, dass die konservative Behandlung ausreichend sei. In jedem Fall kann man aber seit 2023 die Kosten für die Operationen bei der Steuererklärung als außergewöhnliche Belastung absetzen.

Bei privaten Krankenkassen sind die Kosten prinzipiell erstattungsfähig, da die Rechnungstellung auf GOÄ-Basis erfolgt. Der Anteil der Kostenübernahme schwankt sehr von Versicherung zu Versicherung. In jedem Fall ist auch hier ein vorheriger Antrag auf Kostenübernahme notwendig.

WIE LÄUFT DIE LIPOSUKTION AB?

Zunächst führen wir ein ausführliches Beratungsgespräch und eine gründliche Untersuchung durch, um den Zustand zu bewerten, eventuelle spezielle Operationsrisiken zu ermitteln (z.B. Thrombosen in der Vergangenheit) und einen individuellen Behandlungsplan festzulegen. Für die Beine müssen Sie je nach Ausprägung des Lipödems zwei bis drei Operationen einplanen; für Gesäß, Arme, Bauch und/oder Rücken jeweils eine weitere. Die Operationen werden meist im Abstand von 10 bis 12 Wochen durchgeführt, längere Abstände sind aber auch möglich.

Ungefähr vier Wochen vor der geplanten ersten Operation wenden Sie sich an Ihren Hausarzt für eine OP-Vorbereitung. Außer den üblichen Untersuchungen wie EKG und Standard-Labor muss hier noch ein HIV-Test und ein spezieller Blutwert bestimmt werden, die „Glucose-6-Phosphat-Dehydrogenase“ (im seltenen Fall eines Mangels an diesem Enzym kann die Operation unter Umständen nicht durchgeführt werden).

Am Tag vor der Operation findet das sogenannte „Anzeichnen“ statt. Hier werden die zu operierenden Areale mit wasserfestem Stift markiert, eine Fotodokumentation und das Aufklärungsgespräch durchgeführt. Außerdem erfolgt die Vorstellung in der Anästhesieabteilung, wo die Details der Narkose besprochen werden. Zu diesem Termin legen Sie bitte alle Befunde Ihres Hausarztes vor.

Am Tag der Operation bringen Sie bitte ihre Kompressionskleidung (mindestens zwei Garnituren) und die verordneten Thrombosespritzen mit.

Zuerst erhalten Sie ein Beruhigungsmittel, anschließend eine Verweilkanüle, über die Flüssigkeit und Medikamente gegeben werden können.



Sobald Sie schlafen, wird das abzusaugende Gebiet prall mit einer speziellen Flüssigkeit (sogenannte Tumeszenz-Lösung) gefüllt, dies erledigt eine elektronisch geregelte Pumpe. Nach einer Einwirkzeit erfolgt die Entfernung des

überschüssigen Fettgewebes durch kleine Hautschnitte mit feinen, vibrierenden Saugkanülen (sogenannte power assisted liposuction). Der Blutverlust ist bei dieser Technik minimal, ebenso werden die zarten Lymphgefäße geschont.

Da der gesamte Eingriff in Vollnarkose durchgeführt wird, sind Sie natürlich völlig schmerzfrei.



Während Sie aufwachen, wird die Kompressionskleidung angelegt, anschließend werden Sie in ihr Zimmer gebracht, wo Sie gut versorgt und betreut werden. Bei der Visite des Operateurs am nächsten Morgen fließen oft die ersten Freudentränen, gegen 9 Uhr sind Sie dann abholbereit.

Nach ca. einer Woche werden die Fäden gezogen. Bis dahin ist Bewegung erlaubt und erwünscht (jedoch kein Sport), ebenso kurzes Duschen (danach bitte Pflaster wechseln).

WAS IST IN DER ZEIT NACH DEN LIPOSUKTIONEN ZU BEACHTEN?

In den ersten 2 bis 3 Wochen nach den Operationen müssen Sie naturgemäß mit leichten Schwellungen, Hämatomen und einem gewissen Taubheitsgefühl in den operierten Arealen rechnen. Es ist wichtig, dass Sie Ihre Kompressionskleidung ca. vier Wochen lang Tag und Nacht tragen und danach noch (je nach operiertem Gebiet) für bis zu sechs Monate tagsüber. In der Heilungsphase sind manuelle Lymphdrainagen sehr hilfreich, ebenso leichte Bewegung, nach dem Fadenzug auch Schwimmen. Somit ist die Nachbehandlung etwas aufwändiger als bei einer kosmetischen Fettabsaugung, die abgesaugten Fettmengen sind aber auch erheblich größer

Wir freuen uns, wenn unserer Patientinnen die Liposuktionen als Start in ein neues Leben begreifen. Nutzen Sie die verbesserte Beweglichkeit, um Sport zu treiben! Gehen Sie raus und genießen Sie das neue Körpergefühl! Achten Sie auf Ihre Ernährung und leben Sie gesund!

WELCHES ERGEBNIS KANN ICH ERWARTEN?

Natürlich können sich die verbliebenen Fettzellen abhängig von Ernährung und Lebensführung wieder füllen, wie bei der „normalen“ Adipositas. Die Fettzellen, die abgesaugt wurden, wachsen jedoch nie wieder nach. Das bedeutet, dass die Körperform, die durch die Operation erzielt wurde, in aller Regel dauerhaft ist.

Bei der Operation werden viele „Tunnel“ ins Fettgewebe gearbeitet, die sich während der Heilungsphase zusammenziehen und so einen Straffungseffekt an der Haut erzielen. Dieser Straffungseffekt kann je nach Region, Alter der Patientin, Hautbeschaffenheit und Ausgangsbefund unterschiedlich stark ausfallen. Wenn nötig, kann später eine operative Hautstraffung abgeschlossen werden.

Die meisten Patienten brauchen nach Abschluss aller Heilungsvorgänge keine manuellen Lymphdrainagen und keine flachgestrickten Kompressionsstrümpfe mehr. In manchen Fällen wird das Tragen leichter, rundgestrickter Kompressionsstrümpfe weiterhin als angenehm empfunden.

ÜBER UNS:

Sowohl Dr. Püschel als auch Dr. Gaube haben das Curriculum der Deutschen Gesellschaft für Lymphologie absolviert, sind also Lymphologen. Außerdem sind wir Dermatologen, Phlebologen und für ambulante Operationen zertifiziert, was uns zur Durchführung der Liposuktionen auf höchstem medizinischen Niveau qualifiziert.

In der Praxisklinik Ingolstadt, die sich im Ärztehaus genau über unserer Praxis befindet, haben wir den optimalen Partner für diese Operationen mit bestens ausgestatteten Operationssälen. Hier sind Sie in den allerbesten Händen, was die Anästhesie und die Betreuung nach den Eingriffen betrifft. Sie haben dort die ganze Nacht eine Krankenschwester zur Verfügung, die in jeder Situation für Sie da ist, die Übernachtung erfolgt in luxuriösen Einzel- oder Doppelzimmern.

Dr. Püschel und Dr. Gaube führen bereits seit über 15 Jahren Liposuktionen bei Lipödem-Patientinnen durch, wesentlich länger als die meisten Einrichtungen. Wir können daher auf die Erfahrung aus mehr als 1200 Liposuktionen zurückgreifen.



Dr. Hans-Ulrich Püschel



Dr. Kai Gaube

Impressum:

Praxis Dr. Hans-Ulrich Püschel und Dr. Kai Gaube

Am Westpark 1

85057 Ingolstadt

Tel.: 0841 88546910

Fax: 0841 88546922

anmeldung@hautaerzte-am-westpark.de

www.hautaerzte-am-westpark.de

Die Inhalte erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit und Ausgewogenheit und ersetzen keine ärztliche Beratung. Bitte konsultieren Sie uns bei Fragen!

Bilder: [istockfoto.com](https://www.istockphoto.com) (Seite 1,3, und 6 unten) , www.pixxite.de (S. 14),
Eigenanfertigungen (S. 6 unten und 11)

Quelle (Seite 8): Seefeld T, Aitzetmüller-Klietz M-L, Kückelhaus M, et. al.
Breaking the circle - effectiveness of liposuction in lipedema, JDDG
2023;21_601-609)

Copyright® Praxis Dr. Püschel und Dr. Gaube 01/2024

