

LYMPH



02/07

Das Journal für ÄrztInnen,
PatientInnen und TherapeutInnen

ödeme

03 | AVISO JAHRESTAGUNG 2008

04 | LYMPHÖDEM UND WINTER – WORAUF SIE ACHTEN SOLLTEN

08 | LANDESSTELLEN / TERMINE & KONTAKTE

www.lymphoedem.at

EDITORIAL

Liebe Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser!



Auch wenn die Lymphödem-PatientInnen mit geschätzten 300.000 in Österreich eine stattliche Anzahl ausmachen, zählt „unsere“ Krankheit noch immer zu den „unbekannten“ Leiden. Dabei sind LymphödempatientInnen in vielerlei Hinsicht eingeschränkt: abgesehen von Schmerzen sind das vor allem hohe Bandage- und Heilmittelkosten oder soziale Probleme durch die naturgemäß bei vielen vorhandenen Beeinträchtigungen.

Eine ganz deutliche Benachteiligung erleben Lymphödem-PatientInnen dort, wo es um Leistungen oder – besser gesagt – Nichtleistungen durch die Sozialversicherung geht. Unterschiedliche Beurteilungen und unterschiedliche Unterstützungen durch verschiedene Kassen in Österreich machen das Leben teilweise noch mühsamer, als es ohnehin schon ist.

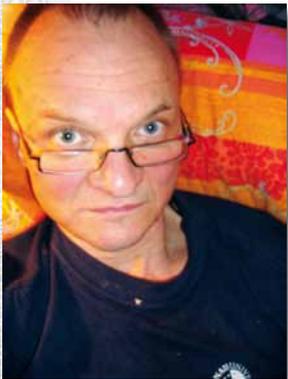
Als ÖSTERREICHISCHEN LYMPH LIGA lassen wir uns aber nicht unterkriegen. Wir kämpfen schon seit längerem für einheitliche gleich hohe Leistungsstandards in ganz Österreich und damit auch für die Anerkennung der Probleme der Lymphödem-Erkrankten. Derzeit beschäftigt sich das höchste medizinische Gremium der Republik, der Oberste Sanitätsrat, mit dem Entwurf unserer Gesellschaft zur künftigen Leistungserbringung durch die Sozialversicherungen

Dass diese Anstrengungen zäh sind und nicht täglich von Erfolgsmeldungen begleitet werden, verstehen Sie als Mitglieder und/oder Betroffene sicher besonders gut.

Ich darf Ihnen für die Treue danken, die Sie der LYMPH LIGA 2007 gehalten haben, Ihnen ein schönes Weihnachtsfest und ein gutes neues Jahr 2008 wünschen und bitte Sie, uns auch weiterhin in unserem Kampf für Ihre Rechte zu unterstützen.

Ihr
Dr. Bernhard Trusnovic
Präsident

Liebe Mitglieder und Freunde der ÖLL!



Wer die Zeitschriften unserer Österreichischen LYMPH LIGA durchsieht, wird fast auf jeder Seite auf Beiträge stoßen, die direkt von Menschen aus unseren Reihen, durchwegs Betroffenen und ehrenamtlichen MitarbeiterInnen der ÖLL verfasst oder angeregt wurden. Das beweist aber auch, wie lebendig unsere LYMPH LIGA in ihrem Tun geworden ist, wie viele Aktivitäten und Anregungen, wie viel konkrete Hilfe sie zu geben im Stande ist.

Noch viel stärker ist diese Aktivität natürlich im oft täglichen Wirken der Landesstellen zu spüren, wo unsere Landesstellen-LeiterInnen mit Rat und Tat, telefonisch, persönlich oder bei Veranstaltungen präsent sind und Mitgliedern, aber auch anderen Betroffenen, Hilfestellungen geben. Machen Sie auch mit, helfen Sie mit – gemeinsam sind wir stark!

Helfen Sie uns, tun Sie Gutes und reden Sie darüber!

Ihr Manfred Schindler,
Beauftragter der ÖLL für Öffentlichkeitsarbeit
manfred@schindler.or.at, lymph.schindler.or.at
Tel. 0699 1 300 61 63

IMPRESSUM:
Medieninhaber:
Österreichische Lymph-Liga
2560 Berndorf, Postfach 41
Tel.: 0 26 72/844 73
Fax: 0 26 72/889 96
www.lymphoedem.at
info@lymphoedem.at
Fotos: Archiv
Layout: SD
Druck: Kärntner Druckerei
9010 Klagenfurt

31. MAI 2008: UNSERE JAHRESTAGUNG

Das schöne Hotel Schloss Weikersdorf in Baden bei Wien ist Schauplatz der Jahrestagung 2008 der Österreichischen LYMPH LIGA. Wir möchten Sie schon jetzt sehr herzlich zu die-

ser Tagung einladen und bitten Sie, sich diesen Termin dick im Terminkalender anzustreichen!

SAMSTAG, 31. MAI 2008: VORLÄUFIGES PROGRAMM

BEGRÜSSUNG Präsident der ÖLL B. Trusnovic / GRUSSWORTE Repräsentanten des Landes und Bundes

VORSITZ W. Döller, H. Wohanka

VORSITZ M. Wohlgenannt, M. Schindler

9.00 – 9.20 Festvortrag über das Behindertengesetz

M. Kornfeld, Bundessozialamt NÖ

9.20 – 9.40 Komplexe Physikalische Entstauung

G. Menzinger

9.40 – 10.00 Alternative Hautpflege

I. Kleindienst

10.00 – 10.30 KAFFEEPAUSE

10.30 – 10.50 Lymphödem im Genitalbereich oder Kopf

M. Korpan

10.50 – 11.10 Lymphödem im Genitalbereich oder Kopf

W. Döller

11.10 – 11.30 Transplantation

Prof. Dr. Turkof

11.30 – 11.50 LÖ und Sport

D. Wittlinger

12.00 – 13.00 MITTAGESSEN

13.00 – 13.20 Psychosoziale Aspekte und Lebensqualität

Mag. Flagg

13.20 – 13.40 Versorgung mit Behelfen ambulant

A. Kandil, Bständig Mödling

13.40 – 14.00 Überblick über Ist-Situation der Krankenkassen im Bezug auf Bezahlung

R. Kasseroller

14.00 – 14.20 Möglichkeiten und Grenzen d. ambulanten LÖ Therapie

A. Fellmann-Bauer

14.30 – 15.00 KAFFEEPAUSE

15.00 – 16.00 Patientenforum

Moderator: B. Trusnovic

16.00 – 17.00 WORKSHOPS

► Strümpfe und Behelfe

G. Kettenhuber, Fa. Bständig

► Kompressionstherapie durch Selbstbandagierung

G. Menzinger, G. Buchmann

► MLD Selbsthilfe

D. Wittlinger



ACHTUNG! Im Zuge der Tagung findet auch die Generalversammlung der Österreichischen LYMPH LIGA statt.

◀ Das romantische Hotel Schloss Weikersdorf ist Schauplatz unserer Jahrestagung.

ANMELDUNG

Ja, ich melde mich zur Jahrestagung der Österreichischen LYMPH LIGA am Samstag, 31. Mai 2008, an.

Name E-Mail

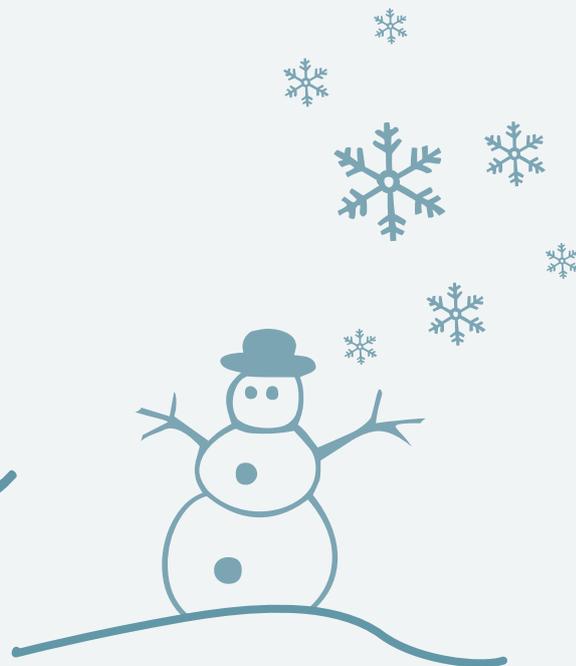
Straße Ort/PLZ Telefon

Ort, Datum

Unterschrift



Winter, Wetter, Lymphödem



„HATSCHI“

KENNEN SIE DAS?

Draussen ist es kalt und nass und die meiste Zeit auch noch finster, die Nase tropft, im Hals kratzt's und man möchte sich am liebsten auf der Couch unter einer weichen Decke verkriechen, die Lieblingsmusik auflegen und die Vorhänge zuziehen?

Es ist nicht ganz leicht, jetzt im Winter der obligatorischen Erkältung oder gar einer richtigen Grippe zu entgehen, aber für uns Lymphpatienten ist das vielleicht noch ein wenig wichtiger als für andere.

Vor einigen Jahren war ich zwei Winter hintereinander eigentlich durchgehend krank und hab im Frühling dann eine ganze Zeit gebraucht, um wieder auf die Beine zu kommen. Mein Lymphödem hab ich damals zu ignorieren versucht, damit war mein körperlicher Zustand grundsätzlich nicht gut und ich habe jeden Infekt, der da gierig durch die Luft geschwirrt ist, aufgeschnappt.

Schlapp und krank wie ich war, war mir natürlich jede Bewegung zu viel, was aber wiederum meinem Lymphödem gar nicht gut getan hat. Meine Beine und vor allem die Füße, die im Winter einmal im Freien gefroren, dann in zu warmen Schuhen im Haus geschwitz haben, waren in einem ziemlich fürchterlichen Zustand.

Der Höhepunkt war dann ein Erysipel – damals schlimm, im Rückblick aber ganz hilfreich, weil ich dadurch endlich gezwungen war, mich um eine ordentliche Behandlung zu bemühen und auch das Glück hatte, endlich in die richtigen Hände zu kommen.

Am Anfang fand ich alles, was da auf mich zukam, vor allem die Kompressionsstrümpfe, ganz entsetzlich. Inzwischen lerne ich immer besser, damit umzugehen und das Wunderbare ist, dass nicht nur die Beine jetzt schlank sind, sondern dass auch meine Gesundheit insgesamt viel stabiler geworden ist und mich nicht jede Virenattacke gleich umhaut.

Ich wünsche Ihnen einen schönen Winter, machen Sie sich's auf der Couch gemütlich, aber vergessen Sie auch die Bewegung an der frischen Luft nicht und kommen Sie gesund durch die kalte Jahreszeit!

HEIDELINDE HIRTENLEHNER,
Vorsitzende der Landesgruppe OÖ der ÖLL



Wer sagt hier, dass der Winter keine schönen Seiten hat!



HAUTPFLEGE IM WINTER – ein besonders wichtiges Thema!

JETZT IST SIE WIEDER DA, DIE KALTE ZEIT.

Und mit ihr die Probleme der etwas anderen Art für uns Lymph-PatientInnen. Die Kälte, die dicken Strumpfhosen und Pullover, die trockene Luft in den Räumen, die Bandagierung oder die Kompressionsverbände – all das hat natürlich auch eine Auswirkung auf die Beschaffenheit der Haut.

Bei großer Kälte z.B. hat man im Bereich des Lymphödems zeitweise das Gefühl, dass sich Eisklumpen im Gewebe bilden (*immer vorausgesetzt, man hält sich längere Zeit im Freien auf*). Da tut Schutz not!

Andererseits ist dann die Luft im Haus/in der Wohnung oft so trocken, dass die Haut wiederum leidet.

WAS KANN MAN ALSO DER HAUT GUTES TUN?

Meine Empfehlung alle jene, die mit Naturprodukten ihre Haut pflegen und schützen wollen, ist – je nach Hauttyp – eines der beiden folgenden Pflegeöle zu verwenden (*s. Kästchen links; das zweite Pflegeöl ist vor allem für extrem trockene und aufnahmebereite Haut, da es sehr fett ist*).

Sie können sich diese Öle selbstverständlich entweder von einer Aromatologin (*ich nenne Ihnen gerne Adressen*), Ihrer Masseurin oder auch in der Apotheke mischen lassen.

Wichtig ist dabei, nur wirklich gute, 100 % naturreine ätherische Öle und Essenzen (*wenn möglich solche aus kontrolliert biologischem Anbau*) zu verwenden.

Diese Ölmischungen halten sich bei Zimmertemperatur (*max. 25 Grad Celsius*) ca. 2 – 3 Monate und sollten sparsam auf die Haut aufgetragen werden.

Bei Fragen zu diesem Thema kontaktieren Sie mich bitte. Ich helfe Ihnen gerne weiter!

INGRID KLEINDIENST

Aromatologin,

Landesstelle NÖ der Österreichischen Lymph-Liga,

2630 Buchbach 22, 02630-39325

ingrid.kleindienst@aon.at.



Pflegeöl „Samthaut“



- 50 ml Macadamianuss-Öl (*Macadamia integrifolia*)
- 50 ml Mandelöl, süß (*Prunus amygdalus var. dulcis*)
- 10 Tropfen Benzoe Siam (*Styrax tonkinensis*)
entzündungshemmend
- 2 Tropfen Immortelle (*Helichrysum italicum*)
lymphabflussfördernd, entstauend, zellregenerierend
- 2 Tropfen Lavendel (*Lavandula angustifolia*)
wundheilend, antibakteriell, antiseptisch
- 2 Tropfen Lorbeer (*Laurus nobilis L.*)
antibakteriell, hautregenerierend, entzündungshemmend
- 10 Tropfen Zitrone (*Citrus limon L.*)
entzündungshemmend
- 5 Tropfen Zypresse (*Cupressus sempervirens*)
juckreizstillend, entstauend, schmerzstillend,
entzündungshemmend

 **ACHTUNG!** Dieses Öl sollten Sie allerdings nur dann verwenden, wenn Sie keine Nussallergie haben!



Pflegeöl „Rauhe Haut ist out!“

- 40 ml Olivenöl, nativ (*Olea europaea*)
- 60 ml Jojobaöl (*Buxus chinensis*)
- 10 Tropfen Benzoe Siam (*Styrax tonkinensis*)
entzündungshemmend
- 5 Tropfen Manuka (*Leptospermum scoparium*)
juckreizstillend, hautregenerierend, entzündungshemmend
- 4 Tropfen Lavendel (*Lavandula angustifolia*)
wundheilend, antibakteriell, antiseptisch
- 2 Tropfen Kamille römisch (*Anthemis nobilis*)
hautpflegend, entzündungshemmend
- 8 Tropfen Lemongrass (*Cymbopogon flexuosus*)
entzündungshemmend, antiseptisch
- 5 Tropfen Rosengeranie (*Pelargonium graveolens*)
hautpflegend, wundheilend, entstauend

BEHANDLUNGSMÖGLICHKEIT BEIM LYMPHÖDEM: „Revolutionen“ finden leider nur selten statt

Wie bei fast allen chronischen Erkrankungen suchen die Betroffenen aber auch die Behandler nach symptomlindernden Alternativen. Vieles wird werbewirksam als "Revolution in der Behandlung" angepriesen, erweist sich aber bei genauerem Hinsehen als Möglichkeit für einige wenige.

Der golden Standard zur Behandlung des Lymphödemes ist nach wie vor die **KPE** (*Kombinierte physikalische Entstauung*). Viele Betroffene glauben, dass manuelle Lymphdrainage als „Monotherapie“ zum Ziel führt und wundern sich, wenn wenig oder nichts passiert. Was sollte zusätzlich zur ML getan werden, oder anders gesagt wie setzt sich nun die KPE effektiv zusammen? Bei Extremitätenödemen ist zusätzlich zur ML Kompression (*Bandage, Strumpf*) zwingend erforderlich und zwar nicht nur direkt nach der Behandlung, sondern immer dann wenn die Extremität der Schwerkraft ausgesetzt ist.

GEWICHT REDUZIEREN

Weiters sollte sich der Patient regelmäßig körperlich betätigen, eine Rolle spielt auch das Gewicht, hier ist eine Normalisierung jedenfalls anzustreben. Verständlich ist, dass Hautpflege (*fetten, antiseptische Wundbehandlung etc*) zur Aufrechterhaltung der Barrierefunktion gerade bei im Ödembereich immunreduzierten Patienten wesentlich ist. Schließlich wird alles Vorhergenannte scheitern wenn der Patient nicht mitarbeiten will/kann.

Eventuell unterstützende Behandlungsmethoden sind im Weiteren stellvertretend für viele andere angeführt und werden hinsichtlich Indikationen und Erfolgsaussichten durchleuchtet. Alle Therapieansätze versuchen körpereigene Heilungsprozesse, bzw. auch die anatomische Wiederherstellung der zerstörten Bereiche zu unterstützen.

SO FUNKTIONIERT DAS SYSTEM

Zuerst zum besseren Verständnis ein paar Worte zur Physiologie des Lymphödemes. Es entsteht durch eine mechanische oder funktionelle Störung der Lymphgefäße. Zusätzlich zur Zunahme des Flüssigkeitsvolumens im Gewebe, kommt es zu einer krankhaften Vermehrung des Gewebes selbst (*Fibrosen*). Im Organismus wird die Regulation des inneren Zustandes – zu dem auch der Lymphtransport zählt– von einem eigenen Nervensystem gesteuert, dem Vegetativum

Dieses wiederum besitzt zwei unterschiedliche Aktivitätszustände, einen für Arbeit und einen für Regeneration. Die 2 Systeme wirken antagonistisch, also entgegengesetzt zueinander: eine Zunahme des einen bewirkt automatisch eine Abnahme des anderen Anteiles.

LYMPHGEFÄSSTRANSPLANTATION

Technische Innovationen haben die mikrochirurgische Transplantation von Lymphgefäßen möglich gemacht.

VORAUSSETZUNG: Der Patient hat an einer nicht betroffenen Extremität einen Überschuss an LG (*Lymphgefäßen*). Die Entnahme erfolgt ausschließlich aus den Beinen da eine Gewinnung ausreichend dicker und langer Gefäße anderenorts nicht möglich ist. Durch Entnahme entsteht am betreffenden Oberschenkel

eine ca 20-30 cm lange Narbe. Auch sollten im Ödemgebiet noch keine ausgeprägten Fibrosen vorhanden sein, da die in diesem Gebiet liegenden Anschlussgefäße meist von diesen Veränderungen in Mitleidenschaft gezogen sind und dann eine Steigerung des Lymphtransportes trotz gelungener Operation eher bescheiden ausfiele.



»Dr. Christine Heim gibt einen ausführlichen Überblick über die Behandlungsmöglichkeiten.«

ERGEBNISSE

2007 haben wir bisher 3 Patientinnen 6-9 Monate nach Lymphgefäßtransplantation am Arm nachbetreut. Alle 3 hatten ein weiterhin behandlungsbedürftiges Ödem, bei zweien hatte sich das Ödem jedoch nach der Transplantation gebessert. Zu erwägen ist diese Operation wenn trotz Ausschöpfen aller konservativer Maßnahmen eine Ödemprogression stattfindet.

KINESIO-TAPE

Dieses Tape ähnelt in seinem Aufbau der Haut. Es wird in spezieller Technik auf die Haut geklebt und soll zwei Dinge bewirken:

- der Lymphgefäße als Leitschiene dienen und damit Bahnung der Lymphgefäße vom Ödem in das nächste freie Abflussgebiet
- eine Mikromassage der Haut (Steigerung des Lymphtransportes) In unserer Klinik verwenden wir es gerne als Zusatz zur KPE, besonders um den Lymphtransport in den Bereichen zu fördern in denen Kompression nicht möglich ist wie z.B. Hand/ Fuß /Extremitätenwurzel oder Stamm. Eine Beurteilung eines möglichen Therapie Erfolges/Misserfolges kann nur subjektiv sein. In unserem Patientengut glauben ca. 30% der Patienten dass das Kinesio Tape eine zusätzliche Wirkung gebracht hat.

HIVAMAT

Der Hivamat gehört zur Elektrotherapie. Anwendung findet er vor allem in der Behandlung sehr harter Fibrosen. Durch spezielle Stromverabreichung wird das betroffene Gewebe wie mit einer Vakuumpumpe angehoben und wieder fallengelassen. Dadurch kann die Fibrose bis in tiefere Schichten gelöst werden.

Erste Studien, (*Frau Dr. Anett Reißhauer Charite Berlin bei Mammapatientinnen*) untermauern den oben beschriebenen Effekt. Durch spezielle Versuchsanordnung konnte gezeigt werden, dass im Vergleich zur manuellen Lymphdrainage allein, in der Gruppe Hivamat/ML Fibrosen schneller gelockert wurden und sich auch erst wieder langsamer bildeten.

Im eigenen Patientengut haben wir gute Erfolge bei der Therapie von brennenden Radiofibrosen. Diese werden deutlich weicher. Eine Reduktion von weichen Fibrosen ist durch diese Technik jedoch eher unwahrscheinlich. Dr. Herpertz (*Klinik St. Blasien-Deutschland*) hat in einer bisher noch nicht veröffentlichten Studie –Vergleich manuelle Lymphdrainage zu ML + Hivamat– keine Umfangsdifferenz feststellen können.

AKKUPUNKTMASSAGE

Die APM orientiert sich in Ihrem Behandlungskonzept an der traditionellen chinesischen Medizin. Hier wird mit einem Stäbchen den Meridianen folgend der Energiefluss beeinflusst. Die Beurteilung erfolgt anhand Ohrdiagnostik und Tastbefund an den Meridianen. Zusätzlich wird Moxa (*spezielle punktförmige Wärmeapplikation*) oder Kräutertherapie angewandt.

Die APM soll helfen, die innere Balance des Körpers wieder herzustellen, denn laut chinesischer Medizin entsteht alle Krankheit aus einem Ungleichgewicht der Kräfte. Normalisiert man diese Kräfte, dann kann der Körper sich selbst heilen.

Auch die APM wird in unser Klinik angeboten. Subjektiv steigert die APM bei fast allen Patienten das Wohlbefinden. Eine vor 2 Jahren in unserem Haus durchgeführte Studie zeigte jedoch keine messbare Verbesserung des Lymphödems durch diese Therapie. Eine zweite Studie läuft derzeit.

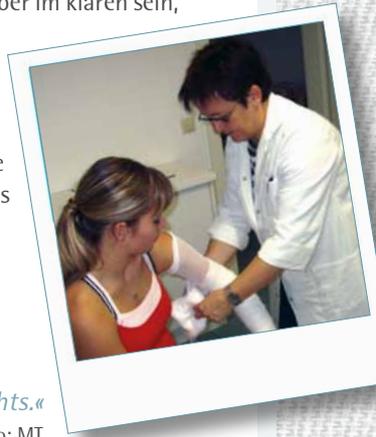
Es gibt sicher noch unzählige andere Therapieangebote, wobei keines bisher in akzeptablen Studie den Nachweis erbracht hat, das Lymphödemvolumen besser zu reduzieren als die KPE. Allerdings werden in diesen Studien nie Fibrosegrad und subjektives Empfinden erfasst, diese spielen aber für das Krankheitsempfinden der Patienten eine nicht zu unterschätzende Rolle.

Keine der Zusatztherapien - bis auf die LG Transplantation- ist Kassenleistung. Sie müssen also von den Betroffenen selbst bezahlt werden. Wegen des nicht unerheblichen zusätzlichen Kostenaufwandes sollte der Patient sich darüber im klaren sein, was er sich von einer Zusatztherapie erwarten kann. Eine Verbesserung des subjektiven Empfinden und damit eine bessere Akzeptanz der Erkrankung ist durch viele Therapien zu erreichen, eine nachweisliche Reduktion des Lymphödems bisher aber nur durch die KPE.

DR. CHRISTINE HEIM
Wittlinger Therapiezentrum
lymphologische Sprechstunde

»Ohne Bandagen geht gar nichts.«

Foto: MT



VORSTAND TAGTE

Am Nationalfeiertag, 26. Oktober 2007, fand in Brunn am Gebirge, NÖ, die Vorstandssitzung der ÖSTERREICHISCHEN LYMPH LIGA statt.

Auf dem Programm standen Bericht über Öffentlichkeitsarbeit, die Jahrestagung der ÖLL 2008 in Niederösterreich, die Gespräche im BM: ambulante Behandlung, Ausbildungsstandards: Zwischenbericht und Allfälliges.

Besonders erfreulich: Präsident Dr. Bernhard Trusnovic konnte den neuen **MITGLIEDERHÖCHSTSTAND VON 614** vermelden.

REHA – WIE ES RICHTIG GEHT

Dieter Wittlinger vom gleichnamigen Reha-Zentrum gibt hier den LeserInnen wertvolle Hinweise.

Anträge auf Lymphödemrehabilitation oder -kur von Pensionisten sind an die GKK des jeweiligen Bundeslands zu richten. Im Arbeitsprozess Stehende oder befristet Pensionierte müssen ihre Anträge an die PV stellen. Werden diese formalen Schritte nicht eingehalten, haben die Versicherten von vorneherein keine Möglichkeit, stationär zur Lymphödembehandlung aufgenommen zu werden.

Die Rehabilitationseinrichtungen Wittlinger Therapiezentrum und LKH Wolfsberg können, wenn die Antragstellung an den verkehrten Kostenerstatter gerichtet wird, sich nicht für den betreffenden Patienten, der einen ablehnenden Bescheid erhalten hat, einsetzen.

Wichtig ist auch, die Anträge zu kopieren, sodass von seiten der Rehabilitationseinrichtungen bei Gesprächen mit der jeweiligen Direktion der Sozialversicherungen den dortigen Verantwortlichen nachvollziehbare Sachverhalte vorgelegt werden können.

Sie können die Aufklärungsarbeit der ÖSTERREICHISCHEN LYMPH-LIGA durch Ihren Beitritt unterstützen.

Mitgliedsbeitrag: * 20 Euro./Jahr für Einzelpersonen * 90 Euro./Jahr für Firmen) Kontonummer 03270 128 600 BLZ 12000

Als Mitglied erhalten Sie die **2x jährlich erscheinende Zeitschrift Lymphödem gratis** zugesandt und auch **verbilligten Eintritt** zu unseren Tagungen und Veranstaltungen. Vor allem aber unterstützen Sie unsere Arbeit. Wir freuen uns besonders über MitarbeiterInnen in allen Bundesländern.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an: Österreichische LYMPH-LIGA, Tel: +43 2672 84473, Fax: +43 1 2672 889 96, Postfach 41, A-2560 Berndorf 

MITGLIEDSCHAFT bei der ÖSTERREICHISCHEN LYMPH LIGA beantragen!

Name _____ Geb. Datum (TT/MM/JJJJ) _____ E-Mail _____

Straße _____ Ort/PLZ _____ Telefon _____

Ich möchte Mitglied der ÖSTERREICHISCHEN LYMPH-LIGA werden: ordentliches Mitglied 20 Euro/Jahr Firmenmitgliedschaft zu 90 Euro/Jahr

Ich bin Patient PhysiotherapeutIn BandagistIn Arzt/Ärztin MasseurIn InteressentIn.

Ich möchte aktiv an der ÖLL mitarbeiten Ja Nein

Ort, Datum _____

Unterschrift _____

AUS UNSEREN LANDESSTELLEN



BURGENLAND - EIN BEHANDLUNGSKRIMI

ODER: AUS DER TRICKKISTE DER VERSICHERUNG
Im Dezember 2006 suche ich um ein Kur-Heilverfahren an (Lymphödem) Im Feber 2007 wird dieses auch genehmigt. Zur selben Zeit, da die Genehmigung ins Haus flattert, ereilt mich ein akuter massiver Bandscheibenvorfall, der unverzüglich operiert werden musste.

Im Spital stellte ich auf Anraten der Ärzte einen Antrag auf Reha, der auch vom Spital weitergeleitet werden sollte. Wochen nach dem Spitalsaufenthalt gab es noch kein Zeichen von der Versicherung auf Reha. Meine Hausärztin rief daraufhin die Krankenversicherung an und erhielt die Auskunft, dass das Ansuchen bei der PVA sei. Von der PVA erhielt sie die Information, dass ich (also der Patient) mich entscheiden müsse, welche Krankheit ich behandelt haben wollte. **Beides: Reha und Kuraufenthalt gibt es nämlich nicht!**

Das klingt ja so, als ob ich mir aussuchen wollte, ob ich lieber nach Spanien oder nach Italien auf Urlaub fahren wollte. Meine Hausärztin entschied kurzerhand, das Lymphödem wäre wichtiger.

Angeregt durch Bandscheiben-Betroffene, wollte ich es nun genau wissen und sprach mit der Chefärztin meiner Krankenversicherung. Diese war sehr nett und umsichtig und rief in der Zentrale der Krankenversicherung an und erhielt diese Information: „Nein, da ist überhaupt kein Antrag auf Reha gekommen“ und vom Spital die Auskunft „Nein, die Patienten schicken den Antrag selber weg, das Spital hat damit nichts zu tun...“

Ihr Rat an mich: nochmals einen Antrag stellen und diesen in die Zentrale faxen. Meine Bedenken, dass die Reha wegen der Kurbewilligung nicht funktionieren könne, sprach sie „Die eine Erkrankung hat mit der anderen nichts zu tun“. Das wäre auch

meine Logik dazu. Nun die Geschichte geht weiter. Ich stellte nun ein weiteres Mal meinen Antrag auf Reha und faxte ihn nach Wien. Wochen vergingen. Irgendwie verspürte ich eine Spannung. Dann: vierzehn Tage vor Kurantritt nach Walchsee - ich hatte bereits die Postnachsendung, die Zugkarte und den Koffertransport organisiert - kam eine Nachricht von der Kuranstalt Walchsee, dass ich die Kur nicht antreten werde, weil dort die Information von der PVA angekommen sei, dass ich die Kur abgesagt hätte!

Es macht keinen Sinn, mit den Mitarbeitern der PVA zu reden. Das einzige, was ich zu hören bekam, war: sie halten sich nur an die Gesetze. Mein Rechtsverständnis ist Folgendes: Keiner kann willkürlich Entscheidungen treffen (die den anderen betreffen) Nur weil es gerade halt nicht passt, soll diese Patientin die Kur nicht antreten: so kann es nicht sein!

Nach dieser Erfahrung habe ich mich nur mehr schriftlich mit meinem Sachbearbeiter verständigt und auf mein Recht hingewiesen. Er hat mir dann den Kuraufenthalt zugesichert mit der Bitte/Aufforderung, zuerst die Reha anzutreten und danach bei ihm zu melden. Die Idee von der PVA war vorerst, dass ich noch einmal einen Antrag stellen sollte auf Kur (für mein Lymphödem) - wozu? - das Ansuchen lag vor und war genehmigt!

Leider war der nette Herr Sachbearbeiter immer gerade dann außer Haus, wenn ich anrief - so ein Pech. Das Spielchen ging so lange, bis ich den Vorgesetzten des Sachbearbeiters verlangte - siehe da, plötzlich kam dieser gerade bei der Tür herein und war für ein Gespräch bereit. Er war dann auch sehr freundlich, und plötzlich war alles kein Problem mehr.

EDELTRAUT KOPPY, Landesgruppe Burgenland
Wer mit Frau Kopy Kontakt aufnehmen möchte, ist gerne dazu eingeladen: Telefon 0664/5103453, E-Mail ekopy@gmx.at



KÄRNTEN

80 BETTEN FÜR DIE LYMPHKLINIK

Was lange währt wird endlich gut. Als Landesstellenleiterin von Kärnten der Österreichischen LYMPH-LIGA möchte ich mich bei allen Beteiligten z.B. Dr. Wolfgang Schantl, Dr. Gaby Schaubig, den Verantwortlichen bei der KABEG, uva. herzlich bedanken. Natürlich, unserem Lymph-Vater, Prim. Dr. Walter Döllner, sei ein herzliches Dankeschön seitens aller schwerkgeprüften PatientInnen gesagt, für sein Durchhaltevermögen, Standhaftigkeit und schier endlose Kraft gegen alle Windmühlen des Unverständes.

Ein Traum ist in Erfüllung gegangen, eine Lanze gebrochen für Menschen mit unvorstellbarem Leiden. Selbst die Sozialversicherung der Kärntner Bauern wird sich nun nicht mehr hinter Kosteneffizienz verschanzten wollen und endlich einsehen, dass Wolfsberg DAS KOMPETENZZENTRUM Österreichs für Lymph-PatientInnen ist, so wie der Hauptverband der Sozialversicherungs-

träger es in klarer Sprachführung festgestellt hat, und Qualität nun mal Geld kostet und der Patient ein Recht auf bestmögliche Versorgung hat.

Im Namen aller PatientInnen Dank an alle Mitkämpfer, einsichtig-gewordene Gremien und dem gesamten Team der Lymph-Station, auch ihr bekommt bald dringend benötigte KollegInnen, haltet durch, es geht aufwärts.

Ich grüße alle mit meinem Leitspruch - gemeinsam statt einsam - eine sehr, sehr glückliche Sigrid Markovc Landesstellenleiterin der ÖLL Ktn. mit Team

BRIEF VON DR. ALFRED GUSENBAUER

Von Bundeskanzler Dr. Alfred Gusenbauer persönlich kam am 05. September 2007 das folgende Schreiben in die Landesstelle Kärnten der ÖLL.



Sehr geehrte Frau Markovc!

Ich habe Ihren Brief erhalten und möchte Ihnen sehr herzlich dafür danken. Es hat mich sehr gefreut, dass es gelungen ist, dass der Ausbau des Kompetenzzentrums für Österreichs Lymphpatienten möglich wurde.

In der Gesundheit sind nur zwei Dinge wesentlich: die richtige Behandlung auf höchst möglichem Qualitätsniveau und etwas Menschlichkeit.

Ich hoffe, dass es auch Ihnen persönlich besser geht und verbleibe mit herzlichen Grüßen auch an alle Mitglieder der Österreichischen LYMPH-LIGA

Dr. Alfred Gusenbauer

Leiterin: Sigrd Markovc, Hangweg 3, 9062 Moosburg,
Tel/Fax: 04272-83605; Stellvertretung: Ingrid Zandi, Tel:0650-5813556, E-Mail: ingridzandi@gmx.at

WIR TREFFEN UNS

Für Vereinsmitglieder und solche, die es werden wollen, veranstaltet die Landesstelle Kärnten jeden 1. Donnerstag im Monat, ab 17 Uhr im Gemeinschaftsraum der Kirche Don Bosco, Bischof-Dr.-Köstner-Platz 1 (Nähe Interspar Rosentaler Straße), in Klagenfurt einen Vereinsabend

UNSER SERVICE

Klagenfurt: Jeden ersten Dienstag im Monat, 14-16 Uhr, LKH Klagenfurt, Nuklearmedizin
Sigrd Markovc, Tel./Fax: 04272/83605

Wolfsberg: Jeden ersten Freitag im Monat, 19.00 Uhr
Cafe Eberhard nahe LKH Wolfsberg, Cornelia Kügele

Villach: Jeden ersten Freitag im Monat, 18.00 Uhr, LKH Villach
Im kleinen Speisesaal, Ingrid Zandi, Tel: 0650-5813556,
E-Mail: ingridzandi@gmx.at

Ferlach: jeden ersten Montag im Monat ab 18 Uhr,
Pfarrzentrum, Ljubica Roth



NIEDERÖSTERREICH

ENTSTAUUNGSGYMNASTIK

Wollen Sie etwas mehr für Ihre Gesundheit tun, so empfiehlt eine leichte Entstauungsgymnastik. Wenn Sie daran interessiert sind, diese wirklich einfachen Übungen zu erlernen, so darf ich Sie zu folgenden Übungsabenden einladen:

Donnerstag, 24. Jänner 2008
18.00 - 19.00 Uhr
2340 Mödling, Fabriksgasse 29

Montag, 28. Jänner 2008
18.00 - 19.00 Uhr
2630 Buchbach bei Ternitz 4
(Bauhof der Gemeinde)

Freitag, 1. Februar 2008
(dieser Termin ist erst in Vorbereitung)
19.00 - 20.00 Uhr
Krankenhaus Zwettl

VERANSTALTUNGEN DER LANDESSTELLE

Für alle Termine erbitte ich Ihre telefonische Anmeldung unter 02630-39325 oder mittels e-Mail: ingrid.kleindienst@aon.at

Ich wünsche Ihnen im Namen aller ehrenamtlichen MitarbeiterInnen der Landesstelle NÖ der Österreichischen LYMPH-LIGA ein friedvolles Weihnachtsfest und einen guten Start ins Jahr 2008!

IHRE INGRID KLEINDIENST



OBERÖSTERREICH

WÜNSCHE

Meine „Reise“ zur Sitzung der ÖLL in Wien hat heute am Bahnhof in Linz begonnen. Mein liebster Zeitvertreib bis zur Abfahrt, der Buchladen, war feiertagsbedingt geschlossen und so schaute ich mich gemütlich im Presseladen um.

Dabei fiel mir das deutsche Diabetes Journal in die Hände. Ich habe ein bisschen recherchiert – die Schätzungen gehen davon aus, dass es in Österreich rund 300.000 Diabetiker gibt. Bei den Lymphödem-Patienten sollen es 30.000 sein, allerdings vermutlich mit einer hohen Dunkelziffer, z.B. allen, die immer noch von ihrem Hausarzt hören: „Naja, die Füße, die sind halt dick, ist halt so...“

Ich hab einen Weihnachtswunsch und er muss mir auch gar nicht heuer in Erfüllung gehen: dass die Patienten, die jetzt noch „Dunkelziffer“ sind endlich auch das Glück haben, eine angemessene Versorgung zu bekommen. Dass die Krankheit bekannter wird und viele Leute sich über eine immer weitere Verbesserung der Behandlung Gedanken machen (z. B. tolle, hautfreundliche,

kostengünstige Materialien für Kompressionsstrümpfe). Und dass man die ÖLL-Zeitung irgendwann vielleicht auch im Presse-laden oder in der Trafik bekommt, weil wir von der LYMPH-LIGA mit dem Verschicken gar nicht mehr nachkommen würden!

Liebe ÖLL-Leser, ich weiß schon, das kriege ich noch nicht heuer zu Weihnachten, aber wenn wir alle die Informationen weitertragen und die Mitgliederzahl weiter kontinuierlich wächst – wer weiß?

Übrigens: sind Sie schon Mitglied? Sie unterstützen uns dabei nicht nur mit Ihrem Mitgliedsbeitrag, sondern geben damit auch unseren Forderungen im Bundesministerium für Gesundheit mehr Gewicht. Und dass auch tatkräftige Hilfe z.B. bei der Organisation von Veranstaltungen oder in Form von Geschichten über Ihre eigenen Erfahrungen für die ÖLL-Zeitung jederzeit willkommen ist, ist sowieso klar!

IHRE HEIDELINDE HIRTENLEHNER

Kontakt zur Landesgruppe Oberösterreich unter
Tel. 0732/30 10 05, heidelinde_hirtenlehner@hotmail.com



SALZBURG

Treffen Sie sich mit Gleichgesinnten und tauschen Sie sich aus – es wird Ihnen gut tun.

Gruppentreffen im Diakonie-Zentrum Salzburg, Termine auf Anfrage bei Landesstellenleiterin Daniela Ziegler, Tel, 0662/43 89 34 oder 0699/156 120 20.

STEIERMARK

Mitglieder aus Steiermark kontaktieren bei Anliegen und Problemen bitte das Sekretariat der ÖLL.



WIEN

Monatliche **JOUR FIXE** im Café Raimund, 1010 Wien, Museumstraße 6 jeden 2. Mittwoch des Monats ab 17 Uhr

Landesstellenleiter: Manfred Schindler
Tel.: 0699 1 300 61 63
oder: manfred@schindler.or.at

TIROL

NEUE ADRESSE

Die LYMPHLIGA Landesstelle Tirol ist unter neuer Adresse erreichbar. Treffen der Mitglieder sind nach wie vor bei Bedarf und nach Voranmeldung jeden ersten Montag in den Räumlichkeiten des Dachverbandes der Tiroler Selbsthilfegruppen vorgesehen.

Die offizielle Landesstellenadresse lautet ab 01.11.2007 wie folgt:

ÖLL - LANDESSTELLE TIROL

Sekretariat/Servicestelle
Brixnerstrasse 3, 6020 Innsbruck
Tel./Fax.: +43 512 581038

(in der Gemeinschaftspraxis Dr. Giner, Dr. Kettnerhuber, Dr. Wohlgenannt)

DR. GEORG KETTENHUBER, Arzt f. Allgemeinmedizin

Brixnerstrasse 3, 6020 Innsbruck
Tel./Fax.: +43 512 581038, Mobil.:+43 699 11717323
Email: georgkettnerhuber@hotmail.com
Ordination nach Vereinbarung

DR. MELANIE WOHLGENANNT MPH, Ärztin f. Allgemeinmedizin

Brixnerstrasse 3, 6020 Innsbruck
Tel./Fax.: +43 512 581038, Mobil: +43 664 3845136
Email: melanie.wohlgenannt@tirol.gv.at
Ordination nach Vereinbarung



Kompressionsversorgung für Ödeme

- Produktion von Kompressionsbandagen nach Maß
- Zusammenarbeit mit allen namhaften Herstellern im Bereich der Flachstrickversorgung
- Selbstbandagierungskurse für Patienten
- Individuelle und umfassende Beratung
- Verrechnung mit allen Krankenkassen



Bitte um telefonische Terminvereinbarung mit unseren Bandagisten unter Telefon **01/485 57 18-310** oder per Email kompression@bstaendig.at

Unsere **kostenlosen Infolder „Therapie mit Druck“** können Sie unter obenstehender Telefonnummer und Emailadresse anfordern.

Anita
UniqueBodyWear
- since 1886 -

Bustier

- seidenweich, akklimatisierend, stabilisierend
- angenehmes Material schon die gereizte Haut
- ohne Nähte verarbeitet
- besonders breite und gepolsterte Träger erleichtern den Lymphabfluss
- natürliche Seide und atmungsaktive Mikrofaser

bständig competence center
Kompressionsversorgung / 3.OG
Ranftlgasse 9, 1170 Wien
www.bstaendig.at

 **bständig**



ich fühl mich besser.

„3D“ - Leibteil

vordere
Oberbeinerhöhung

Ellipsenform
bei "E"

Y - Einkehren

Softspitze

individuelle
Slipform

NEU: Komfortferse

Winkel und Anzahl der Einkehren werden individuell berechnet. Dies sorgt für eine verbesserte Passform in diesem oft anspruchsvoll zu versorgenden Bereich.

schräger Vorfuß



mediven® esprit



mediven® mondi



mediven® 550 Arm



mediven® 550 Bein

www.medi.de

mediven® Flachstrickprogramm

Vertrauen durch Stärke.

Starke Argumente für mediven® Flachstrickversorgungen

- einzigartige technische Ausstattung und zahlreiche Sondervariationen ermöglichen individuelle Versorgungen
- kräftiges, atmungsaktives und elastisches Zweizuggestrick garantiert angenehmen Tragekomfort
- maximale Druckstabilität und verschleißfeste Qualität für maximalen Therapieerfolg

Starke Zusatzprodukte



medi Austria GmbH · Adamgasse 16 · A-8020 Innsbruck

Telefon +43 512 57 95 15 · Fax +43 512 57 95 15 45 · E-Mail: vertrieb@medi-austria.at

40 JAHRE!

ZU GAST AN DER QUELLE DES WOHLBEFINDENS

Wir sind spezialisiert auf die stationäre Behandlung von Lymphödemen nach Brustkrebs- und Unterleibskrebsoperationen oder von Ödemen anderer Genese. Zur Behandlung der Lymphödemerkrankten haben wir Verträge über den Hauptverband der Sozialversicherungsträger mit folgenden Kassen:

- Wiener Gebietskrankenkasse
- NÖ Gebietskrankenkasse
- Burgenl. Gebietskrankenkasse
- Oberöstr. Gebietskrankenkasse
- Vorarlberger Gebietskrankenkasse
- Tiroler Gebietskrankenkasse
- Betriebskrankenkasse Semperit
- Betriebskrankenkasse Mondi Business Paper
- Betriebskrankenkasse Donawitz
- Betriebskrankenkasse Kindberg
- Betriebskrankenkasse Kapfenberg
- Versicherungsanstalt f. Eisenbahnen und Bergbau
- Versicherungsanstalt öffentl. Bediensteter BVA
- Sozialversicherungsanstalt d. gew. Wirtschaft österreichweit
- Pensionsversicherungsanstalt österreichweit
- Kranken- und Unfallfürsorge der Tiroler Gemeindebeamten, Landeslehrer, Landesangestellten

Wittlinger Therapiezentrum unter der ärztlichen Leitung von Dr. Angela Shetty-Lee, Fachärztin für Dermatologie und Ärztin für Allgemeinmedizin

Bitte informieren Sie sich über die Aufnahme-modalitäten bei Frau Rosi Unterreiner
Telefon 05374-5245-548
oder schriftlich: Wittlinger Therapiezentrum,
Alleestraße 30, A-6344 Walchsee,
E-Mail: office@wittlinger-therapiezentrum.com
Internet: www.wittlinger-therapiezentrum.com



Die Vertragsleistungen sind:

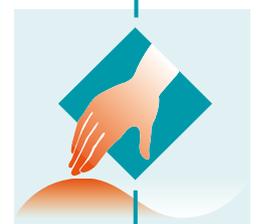
- Unterbringung im EZ
- Vollverpflegung, wenn notwendig Diät
- manuelle Lymphdrainage nach Dr. Vodder mindestens eine Stunde und wenn erforderlich zweimal täglich
- Bandagierung und Bandagenmaterial
- Teilnahme am täglichen Gymnastikprogramm
- ärztliche Eingangs- und Enduntersuchung
- Kompressionsstrumpf nach Bewilligung
- Vorträge und Schulungen
- psychologische Einzel- und Gruppengespräche

Dr. VODDER SCHULE



THERAPIE
AUSBILDUNG

WITTLINGER



THERAPIEZENTRUM