# LYMPH ödem

01/08

Das Journal für ÄrztInnen, PatientInnen und TherapeutInnen

03-08 | JAHRESTAGUNG 2008: LYMPH-LIGA ein kompetentes Sprachrohr
09-10 | LANDESSTELLEN / TERMINE & KONTAKTE

www.lymphoedem.at

# EDITORIAL

## Liebe Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser!

Ende Mai veranstaltete die ÖSTERREICHISCHE LYMPH LIGA ihre alle zwei Jahre stattfindende Jahrestagung. Diesmal fand sie auf Schloss Weikersdorf in Baden bei Wien statt und wurde von unserem Büro- und Tagungsmanagement und der niederösterreichischen Landesstellenleiterin Ingrid Kleindienst ausgezeichnet organisiert. Dafür gleich zu Beginn unser herzlicher Dank!

Sowohl die hohe Teilnehmerzahl als auch die qualitätsvollen Fachvorträge und Diskussionsbeiträge haben bewiesen, dass unsere LYMPH LIGA die Nummer Eins ist, wenn es um Kompetenz geht. Was das Fachliche anbelangt, aber auch, was die Interessenvertretung angeht. Damit schafft unsere Organisation die so selten gelingende Grätsche zwischen Patientenanliegen und Expertenwissen. Beides ist notwendig, um Fortschritte bei der Lymphödem-Forschung und Behandlung zu erreichen. Wie groß der Informationsbedarf ist, haben die Beiträge der Experten wie auch der Patienten deutlich gezeigt.

Die vorliegende Ausgabe widmet daher einen deutlichen Schwerpunkt der Jahrestagung. Für jene, die dabei waren, zum Nachlesen. Für jene, die nicht teilnehmen konnten, zur kurzen Überblicksinformation.

Ich darf Ihnen einen guten, erholsamen Sommer und viel Gesundheit wünschen!

Ihr
Dr. Bernhard Trusnovic
Präsident

## Liebe Mitglieder und Freunde der ÖLL!

Die Jahrestagung am 31. Mai in Baden bei Wien hat wieder deutlich gezeigt, wie groß der Bedarf an Informationen aller Art rund um die Lympherkrankungen ist. Das betrifft sowohl die Versorgung der PatientInnen, als auch das Umgehen mit Behörden, Krankenkassen, ärztlichen Verordnungen und anderem.

Nach wie vor sind wir trotz der hohen Zahl Betroffener eine Minderheit, die um ihre Rechte kämpfen muss. Auch rund um die Jahrestagung haben wir öffentliches Interesse gefunden, das für uns und unsere Ziele ganz wichtig ist. Mundpropaganda und öffentliche Informationsarbeit hilft beim Mitgliederzuwachs. Und jedes einzelne Mitglied stärkt unsere Möglichkeiten, diese Rechte auszubauen und die wirtschaftliche, medizinische und soziale Anerkennung der LymphpatientInnen zu fördern.

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

Österreichische Lymph-Liga: Jahrestagung am 31. Mai 2008

Die Österreichische Lymph-Liga, Interessenvertretung der rund 130.000 in Österreich unter Lymphödem Leidenden, veranstaltet am 31. Mai 2008 in Baden ihre Jahrestagung.

Die Österreichische Lymph-Liga, Interessenvertretung der unter Lymphödem Leidenden, veranstaltet am 31. Mai in Baden ihre Jahrestagung. Neben Praxiswissen wird auch der aktuellste medizinische Stand in der Lymphologie zur Diskussion stehen. Infos unter ☎ 02672/84473, oder www.lymphoedem.at.

Achtung, Stau!

Kann Lymphflüssigkeit nicht abfließen, schwillt das Gewebe an und schmerzt

Tipps für den Urlaub

➤ *Zeitungsberichte rund um die Jahrestagung.*

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
**Konzept & Text:**
www.mandltexte.at
**Druck:** Kärntner Druckerei
9010 Klagenfurt

# JAHRESTAGUNG 2008: WIR HABEN DIE KOMPETENZ

*Die ÖSTERREICHISCHE LYMPH LIGA, Interessenvertretung der rund 130.000 in Österreich am Lymphödem Leidenden, veranstaltete am 31. Mai 2008 auf Schloss Weikersdorf in Baden bei Wien ihre Jahrestagung. Diese war in mehrfacher Hinsicht ein Beweis für die große Kompetenz unserer Vereinigung.*

In fachlicher Hinsicht, durch die exzellenten Beiträge aus Medizin, Pflegewissenschaften und Sozialgesetzgebung. Ganz besonders aber auch in menschlicher Hinsicht, wurde doch wieder eine Plattform für Gespräche und Informationen mit und für PatientInnen aus ganz Österreich geboten.

Dass die Jahrestagung der ÖSTERREICHISCHEN LYMPH LIGA auch eine von gesundheits- und sozialpolitischer Seite viel beachtete Veranstaltung darstellt, bewies die hochrangige Liste jener, die den Ehrenschutz übernommen hatten: Gesundheitsministerin Andrea Kdolsky, Sozialminister Erwin Buchinger, Landeshauptmann Erwin Pröll und die Bürgermeisterin von Baden, Erika Adensamer. Letztere war auch persönlich zur Eröffnung erschienen und brachte ihre Wünsche für gutes Gelingen der Tagung.

Natürlich war die Jahrestagung 2008 auch eine ausgezeichnete Gelegenheit, die Tätigkeit der ÖLL in Österreich und in den einzelnen Bundesländern darzustellen. Bei dem Informationsstand der LYMPH LIGA, in bewährter Art von den Kärntner Vorstandsmitgliedern betreut, gab es Erfahrungsaustausch, nützliche Adressen, persönliche Kontakte sonder Zahl.

Präsident Dr. Bernhard Trusnovic hob immer wieder die tolle Organisation der Jahrestagung hervor, die von ÖLL-Managerin Ursula Partsch-Brokke und Ingrid Kleindienst, Vorsitzender der Landesstelle Niederösterreich, souverän durchgeführt wurde.

Immerhin galt es, an die 150 TeilnehmerInnen und fast 20 ReferentInnen unterzubringen, technisch und gastronomisch auszurüsten, mit Unterlagen zu versorgen. Das ganze noch im Lichte der bevorstehenden Belagerung des Schlosshotels durch die italienische Nationalmannschaft, die dort unter hohen Sicherheitsvorkehrungen am Tag darauf Quartier bezog.

Dank sprachen die ÖLL Veranstalter auch den 12 Ausstellern aus, die hoch interessante Informationsschauen in den weiträumigen Sälen des Schlosses aufgebaut hatten und vor allem in den Tagungspausen von den TeilnehmerInnen förmlich belagert wurden.

ÜBRIGENS: der Vorstand beschloss, die nächste Jahrestagung 2010 in Salzburg durchzuführen.

## STREIFLICHTER

Auf den folgenden Seiten informieren wir Sie über Beiträge und Erkenntnisse der Jahrestagung.

Wir bitten aber schon jetzt um Verständnis, wenn wir etliche Referate wegen ihrer Komplexität nur sehr kursorisch erwähnen können. Es kann – das liegt in der Natur der Zeitschrift – nur ein kleines Abbild der Tagung sein.

*Prächtiges Tagungsambiente: Schlosshotel Weikersdorf.*

*Ehrenschutz und Grußadresse von Badens Bürgermeisterin Erika Adensamer (Foto: Paul Landl)*

*Präsident Trusnovic, Sigrid Markovc und Ingrid Zandi beim Treffpunkt ÖLL-Stand.*

# VORSTAND: WEITER KAMPF UM VERSORGUNGSSTANDARDS

Die ÖSTERREICHISCHE LYMPH LIGA werde nicht müde, hohe Ausbildungs- und Versorgungsstandards für Lymphtherapie und Patientenversorgung zu erkämpfen, war der Tenor der Beiträge von Präsident Dr. Bernhard Trusnovic und Vizepräsident Prim. Dr. Walter Döller bei Vorstandssitzung und Generalversammlung der ÖSTERREICHISCHEN LYMPH LIGA.

Die beiden Sitzungen wurden im Vorfeld der Jahrestagung, am 30. Mai 2008, auf Schloss Weikersdorf in Baden bei Wien durchgeführt. Man werde die schon mit früheren Gesundheitsministern begonnene Verhandlungen über gleiche Standards in der Versorgung fortsetzen, versicherten die Spitzenfunktionäre.

Präsident Trusnovic berichtete über eine neue Strumpftechnologie, die derzeit von zwei Vorstandsmitgliedern mit guten Erfolgen erprobt werde und die eine massive Verbesserung des Bandage- und Tragekomforts bedeuten könnte.

Der Rechnungsabschluss der LYMPH LIGA wurde zustimmend zur Kenntnis genommen und der Vorstand entlastet.

Erfreulich auch, dass für die Landesstelle Steiermark Frau Dr. **Franziska Klemmer** in den Vorstand kooptiert werden konnte.

Als Veranstaltungsort der nächsten Jahrestagung – Anfang 2010 – wurde einstimmig Salzburg fixiert. Die nächste Sitzung des Vorstandes soll Ende September 2008 in Brunn/Gebirge stattfinden.

➤ *Vorstandssitzung im Vorfeld der Jahrestagung. Die LYMPH-LIGA kämpft weiter für einheitliche hohe Ausbildungs- und Versorgungsstandards.*

# THERAPIE MIT DRUCK

Kompressionsversorgung für Verbrennungen und Ödeme von Kopf bis Fuß.

Auf den Körper Druck auszuüben, klingt nicht gerade positiv – und dennoch ist die gezielte Kompression bei vielen Erkrankungen eine bewährte und schonende Therapieform. Verschiedene Versorgungsmöglichkeiten

VERSORGUNGEN FÜR ALLE KÖRPERBEREICHE:

- Handschuh, Armstrumpf, Leibchen, Hose, Socken...
- Unterschied zwischen Flach- und Rundgestrick
- Unterschiedliche Materialien
- Diverse Kompressionsklassen
- Sonderanfertigungen und Spezialausführungen
- Lymphpad, Reißverschluss, Haken, Klettverschluss...
- Verrechnungsmodalitäten der Behelfe bei der NGKK
- Verordnung vom Arzt, Anspruch, Bewilligung, Lymphset für Arm und Bein

*(aus dem Vortrag von Aurelia Kandil, Fa. Bständig)*

# FRÜHERKENNUNG WICHTIG FÜR THERAPIE!

Das Lymphödem ist ein chronisches Krankheitsbild, dass einen progredienten Verlauf aufweist. Durch eine mechanische Insuffizienz des Lymphgefäßsystems kommt es zur Ansammlung von eiweißreicher Flüssigkeit im Gewebe. Ist die Transportkapazität des Lymphgefäßsystems auf Dauer zu niedrig, um die anfallenden lymphpflichtigen Lasten abzutransportieren, kommt es im weiteren Verlauf neben dem Ödem auch zu typischen fibrosklerotischen Umbauprozessen.

Eine möglichst frühzeitige Diagnose des Lymphödems *(bestehend aus ausführlicher Anamnese, klinischer Untersuchung, Labor und technischer Untersuchungen)* mit Diagnose von Komorbiditäten ist Voraussetzung für eine erfolgreiche Therapie. Ziel der Behandlung ist die Symptomfreiheit, eine Heilung ist nicht möglich.

Die von allen europäischen Leitlinien empfohlene Therapie ist die Komplexe physikalische Entstauungstherapie (KPE).

# SELTENE FORMEN VON LYMPHERKRANKUNGEN

Im Gegensatz zu den Extremitätenlymphödemen - in der Öffentlichkeit besonders durch das Armlymphödem nach Brustkrebs bekannt, sind Kopf-, Gesichts-, Hals- und Genitallymphödeme wesentlich seltener.

Obwohl es keine exakten Daten gibt, nimmt man an, dass das Kopf- und Genitallymphödem zum Extremitätenlymphödem im Verhältnis 1 : 10 steht.

Ganz wichtig ist, dass Schwellungen im Gesichtsbereich *(Augenlider, Wangen und Lippen)* von entzündlichen Ödemen und solchen im Rahmen von Systemerkrankungen deutlich vom Lymphödem des Gesichtes abgegrenzt werden müssen. Primäre *(angeborene)* Kopf und Halslymphödeme sind eher selten.

Wesentlich häufiger und komplikativer sind sekundäre Lymphödeme nach Tumorerkrankungen im HNO-, Mund- und Kieferbereich.

Auch bei den Genitallymphödemen ist von angeborenen *(primären)* und erworbenen *(sekundären)* Lymphödemen zu unterscheiden. Primäre Genitallymphödeme, die gemeinsam mit einem chylösen Reflux auftreten, sind schwerwiegende Erkrankungen, da auch Lymphgefäßerkrankungen im Bauchraum *(besonders Magen und Darm)* vorliegen.

Sekundäre erworbene Lymphödeme können durch Cysten- und Fistelbildung die Lebensqualität immens einschränken. Die Therapie ist komplex und oft sehr aufwändig.

*(aus dem Vortrag von Prim. Dr. Walter Döller, Zentrum für Lymphologie/LKH Wolfsberg, Vizepräsident der ÖLL)*

➤ *Walter Döller: referierte über seltene Formen des Lymphödems.*

➤ *Aurelia Kandil sprach über die vielfältigen Heilbehelfe.*

Die komplexe physikalische Entstauungstherapie ist eine konservative Behandlung, die aus mehreren physikalischen Maßnahmen besteht. In der Phase I *(Entstauungsphase)* ist das Ziel der Behandlung eine Rückführung des Lymphödems in ein niedrigeres Krankheitsstadium. In der Phase II *(Konservierungs- und Optimierungsphase)* ist das Ziel die Erhaltung der Behandlungsergebnisse der Phase I.

In der Phase I besteht die Therapie aus folgenden Maßnahmen:

- Hautpflege
- Manuelle Lymphdrainage
- Lymphologische Kompressionstherapie
- Entstauungsgymnastik

Die Behandlungen sind täglich durchzuführen. Die Dauer und Häufigkeit der Anwendungen sind individuell und vom Lymphödemstadium abhängig.

Wenn keine weitere Reduktion des Ödems mehr möglich ist ist die Phase I abgeschlossen. Die Phase I kann je nach Lymphödemstadium und besonderen Begleitumständen ambulant oder stationär durchgeführt werden.

Die Phase II der KPE besteht aus denselben Elementen wie die Phase I. Die Dauer und Häufigkeit der Behandlungen ist abhängig von der Ausprägung des Lymphödems. In der Regel wird der Patient mit Kompressionstrümpfen anstelle von Bandagen versorgt.

Das Ziel der Phase II KPE ist die Erhaltung und falls möglich eine weitere Verbesserung der Behandlungsergebnisse der Phase I.

*(aus dem Vortrag von Dr. Gabriele Menzinger, Vizepräsidentin der ÖLL)*

➤ *Gabriele Menzinger: ganz wichtig ist die Früherkennung.*

# HAUTPFLEGE SPEZIELL FÜR LYMPHPATIENTEN

*Gerade die Haut von Lymphödem-Patienten ist oft durch das ständige Tragen von Kompressionsbehelfen sehr stark strapaziert. Egal, ob es sich dabei um Kompressionsstrümpfe oder Bandagen handelt - eines ist sicher: die betroffenen Hautflächen müssen besonders gut gepflegt werden.*

Immer wieder werde ich im Rahmen meiner Tätigkeit als Aromatologin, aber auch als selbst betroffene Lymph-Patientin mit Hautproblemen vor allem an den Extremitäten konfrontiert. Da ist zum einen die stark trockene Haut, andererseits die extrem empfindliche Haut mit Rötungen bis hin zu offenen Hautstellen. Bedingt durch meine naturmedizinische Orientierung habe ich versucht, für die Hautprobleme von Lymph-Patienten Pflegemethoden zu entwickeln, die ohne schädliche Substanzen auskommen.

## MINERALÖLPRODUKTE

Unter schädlichen Substanzen verstehe ich vor allem Erdölprodukte, die unsere Haut - egal ob gesund oder nicht - extrem belasten, sowie Konservierungsmittel auf synthetischer Basis.

Leider sind zahlreiche Hautpflegeprodukte mit Mineralöl versetzt. Mineralöle werden aus Erdöl gewonnen. Sie können von unserem Körper ganz schlecht abgebaut und verstoffwechselt werden, da sie sich grundlegend von den körpereigenen Fetten unterscheiden. Diese Fette werden von der Haut nur angelagert, das bedeutet, dass die feinen Hautporen dadurch verstopft werden. Die obersten Hautschichten quellen auf, was zwar anfänglich zu einem feinen, geschmeidigen Empfinden der Haut führt, längerfristig gesehen die Haut jedoch regelrecht verdursten lässt, da der Haut die wichtige Feuchtigkeit entzogen wird. Die unteren Hautschichten trocknen aus, die Haut wird spröde, trocken und welk.

*»Unter schädlichen Substanzen verstehe ich vor allem Erdölprodukte, die unsere Haut extrem belasten...«*

Das Problem ist, dass Mineralölprodukte die Haut bei ihren lebenswichtigen Aufgaben nicht unterstützen. Sie können die Regeneration der Zellen nicht fördern und auch unser Immunsystem nicht unterstützen. Außerdem sind sie keine Radikalen-fänger und bieten daher der Haut keine Hilfe zur Selbsthilfe.

## FETTE PFLANZLICHE ÖLE

Fettlösliche ätherische Öle können in der Mischung mit fetten pflanzlichen Ölen gut aufgenommen werden und dadurch bis in die tiefsten Hautschichten vordringen. Dort werden sie von den feinen Blutkapillaren aufgenommen und gelangen so in den Blutkreislauf. Je nachdem, auf welcher Hautpartie sie aufgetragen wurden, aber auch, je lockerer und entspannter die darunter liegende Muskulatur ist, je dünner und zarter die Haut, aber auch, wie warm die Haut ist, desto schneller können die Wirkstoffe sowohl der fetten als auch der ätherischen Öle in den Blutkreislauf und das Stoffwechselsystem gelangen.

Fest steht, dass jene fetten pflanzlichen Öle, die besonders reich an einfach und mehrfach ungesättigten Fettsäuren sind, sehr hautpflegend wirken. Durch ihre Anwendung erhalten wir die Durchlässigkeit der Haut, die Haut kann besser ernährt werden und Hautprobleme können gelindert werden.

In der Pflege strapazierter, trockener und geschädigter Haut haben sich folgende fette pflanzliche Öle besonders bewährt:

1. Aprikosenkernöl *(Prunus armeniaca L.)*
2. Calendulaöl (Ringelblumenöl) *(Calendula officinalis L.)*
3. Calophyllum-Inophyllum-Öl *(Calophyllum Inophyllum L.)*
4. Jojobaöl *(Simmondsica chinensis, Buxus chinensis)*
5. Macadamianussöl *(Macadamia integrifolia)*
6. Mandelöl (süß) *(Prunus amygdalus var. dulcis)*
7. Olivenöl *(Olea europaea)*

## ÄTHERISCHE ÖLE

Der Duft der Pflanzen sitzt in winzigen Öltröpfchen in oder auf dem Pflanzengewebe. Bei einigen sieht man diese Öldrüsen sogar mit bloßem Auge, nehmen wir nur die Orange als Beispiel. Hier können wir sie auf der Schale gut erkennen. Pflanzen produzieren ihre Duftstoffe als Energiespeicher, Informationsträger, Krankheitsschutz, Temperaturregler, Lockstoffe und Abwehrstoffe, und vieles mehr.

Essenzen einer Blüte locken die Insekten an, welche der Pflanze genehm sind, schreckt aber jene ab, die die Pflanze nicht *„lieben"* sondern lieber auffressen wollen. Auch bei ätherischen Ölen und Essenzen gilt: Synthetische Düfte sollten wir in der Aromatherapie auf jeden Fall meiden, denn auch sie würden sich unerwünschter Weise in der Haut einlagern und lassen sich nicht wirklich abbauen.

Viele der bekannten ätherischen Öle und Essenzen enthalten Wirkstoffe, die bei gestautem Gewebe, bei Lymphproblemen, aber natürlich auch für die Hautpflege allgemein gesehen sehr hilfreich sind, wenn sie mit Bedacht eingesetzt werden. Aufgrund meiner Erfahrungen und der Hinweise aus der einschlägigen Literatur verwende ich letztlich am liebsten folgende ätherische Öle und Essenzen:

1. Angelikasamen *(Angelica archangelica L.)*
2. Benzoe Siam *(Styrax tonkinensis)*
3. Cistrose *(Cistus ladaniferus L.)*
4. Grapefruit *(Citrus paradisi)*
5. Immortelle *(Helichrysum italicum)*
6. Kamille römisch *(Chamaemelum nobile.)*
7. Kanuka *(Leptospermum ericoides)*
8. Lavendel fein *(Lavandula angustifolia)*
9. Lemongrass *(Cymbopogon flexuosus)*
10. Linaloeholz *(Bursera delpechiana)*
11. Lorbeer *(Laurus nobilis L.)*
12. Manuka *(Leptospermum scoparium)*
13. Myrte *(Myrtus communis L.)*
14. Niaouli *(Melaleuca viridiflora)*
15. Rosengeranie *(Pelargonium graveolens)*
16. Wacholderbeere *(Juniperus communis L.)*
17. Zitrone *(Citrus limon L.)*
18. Zypresse *(Cupressus sempervirens L.)*

### MISCHUNGEN

Aus den oben genannten fetten Pflanzenölen und ätherischen Ölen lassen sich sowohl Pflegemischungen herstellen, aber es ist auch möglich, durch Verwendung von Konsistenzgebern und Emulgatoren, z.B. auch gemeinsam mit Hydrolaten, Cremes oder Körpermilch herzustellen, die sich dann wie jede andere gewohnte Creme auftragen lassen.

Welche Mischung für welche(n) PatientIn verwendet werden kann und soll, sollte mittels Kinesiologischem Muskeltest oder Tensor ermittelt werden. In unklaren Fällen wird unbedingt ein Hauttest in der Armbeuge durchzuführen sein.

*(Aus dem Vortrag von Ingrid Kleindienst, Landesstelle NÖ der Österreichischen Lymph Liga)*

➤ *Ingrid Kleindienst: Interessante Hautpflege-Alternativen*

## LYMPHÖDEM & SPORT

Die kombinierte physikalische Entstauungstherapie wird in eine Entstauungsphase und eine Erhaltungsphase eingeteilt. Zumeist erfolgt die Entstauung stationär. In der ambulanten Praxis sollte dann das Ergebnis der stationären Therapie gehalten werden. In beiden Phasen ist die Bewegungs- und Atemtherapie eine maßgebliche Säule des Therapiekonzeptes.

Sportliche Tätigkeit wird der Bewegungstherapie zugeordnet. Eine Befragung unter unseren stationären Patienten im April dieses Jahres zum Thema *„Lymphödem und Sport"* ergab, dass zumindest 38 Prozent der Befragten sich nicht sportlich betätigen, sich aber wenigsten regelmäßig bewegen. Unter das regelmäßige Bewegen fällt vor allem, das Spaziergehen mehr als 30 Minuten, das Radfahren und das Schwimmen.

Keiner der Betroffenen denkt dabei an ein moderates Krafttraining, welches mit Kompressionsstrumpf durchgeführt, ebenfalls sehr gut den lymphatischen und venösen Rückstrom unterstützt, den Stütz- und Bewegungsapparat kräftigt und dabei noch viele andere positive physiologische Aspekte nach sich zieht.

*(aus dem Vortrag von Dieter Wittlinger, Physiotherapeut, Fachlehrer für ML, Wittlinger Therapiezentrum)*

➤ *Dieter Wittlinger bricht eine Lanze für mehr Bewegung.*

## REHABILITATION, KASSEN-UNGLEICHHEITEN, OPERATIONEN

Zahlreiche weitere Referate beschäftigten sich mit Details der Behandlung und Rehabilitation von Lymphödemen. Prof. Dr. Marta Korpan vom AKH Wien berichtete über die Erfahrungen der teilweise stationär durchgeführten Rehabmaßnahmen. Oberärztin Dr. Christiane Stöberl sprach über das Erysipel und die Wichtigkeit frühzeitiger Erkennung und Behandlung.

Dr. Alexander Fellmann brachte seine Rechercheergebnisse über die Bewilligungspraxis der Krankenkassen: besonders wichtig sei es, dass die zuweisenden bzw. verordnenden Ärzte umfassende und präzise Begründungen für die Heilmaßnahmen verwenden. In vielen Fällen sei dann die Kasse bzw. deren Chefarzt durchaus bereit, die Maßnahmen zu bewilligen.

Marina Kornfeld vom Bundessozialamt sprach zum Thema Behindertenpass. Prof. Dr. Edvin Turkof vom AKH Wien berichtete über neueste Ergebnisse operativer Eingriffe bei Lymphpatienten.

*Prof. Turkof über neueste operative Leistungen. / Prof. Korpan über die Lymph-Rehabilitation im AKH Wien. / Dr. Fellmann untersuchte die Kassen und deren Leistungen. / OA Stöberl berichtete über die Behandlung des Erysipels.*

# Ausstellungsrundgang

Viele Aussteller nützten die Gelegenheit, den Tagungsteilnehmern die neuesten Produkte und Entwicklungen zu zeigen. Sie bereicherten damit zusätzlich die Jahrestagung.

# Tagungs-Streiflichter

Einige Eindrücke von der Tagung und der dort herrschenden guten, interessierten Stimmung finden Sie hier.

# AUS UNSEREN LANDESSTELLEN

## BURGENLAND

Landesstellen - Vorsitzende: Edeltraut Koppy
Wer mit Frau Koppy Kontakt aufnehmen möchte, ist gerne dazu eingeladen:

Telefon 0664/5103453
E-Mail ekoppy@gmx.at

Beratung, Information nach telefonischer Vereinbarung.

## NIEDERÖSTERREICH

Für Ihre Anfragen, Ideen, Mitteilungen und zur Beratung steht Ihnen die Vorsitzende der Landesstelle Niederösterreich, Ingrid Kleindienst, gerne zur Verfügung.
Telefon/Fax: 02630/39325
Handy 0676/6125100
E-mail: ingrid.kleindienst@aon.at
Homepage: http://www.fengshui-austria.com
Ihre Ingrid Kleindienst

## KÄRNTEN

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

WAS LANGE WÄHRT WIRD ENDLICH GUT.
Dies trifft in Kärnten auf viele Belange zu. Unser Durchhaltevermögen hat sich gelohnt. Wir werden mit dem Neubau der neuen Lymph-Klinik –Spatenstich Herbst 2008 – belohnt. Sie haben sicher schon die neue Ausgabe des kleinen Kärntner Lymph-Telegramms in Händen und können da dem Interview mit Krankenhausdirektor Mag. Viktor Benzia näher Details entnehmen. Ich glaube, es ist eine sehr gelungene Ausgabe. Wir konnten auch die Auflage von 300 auf 600 Stk erhöhen um die Informationen an viele Interessierte weiterzugeben.

In unserer neuen Unterkunft für Gruppentreffen und Veranstaltungen im ÖGB Haus in Klagenfurt in der Bahnhofstrasse 44, fühlen wir uns sehr wohl. Aus Sparmaßnahmen mussten wir leider umziehen. Ein Dank gilt dem ÖGB Chef Adam Unterrieder für die Unterkunft in seinem Haus.

Unsere soziale Schiene läuft sehr gut. Wir können auch heuer wieder den Aufenthalt von Claudiu Pascu und seiner Mutter finanzieren. Der Erlös der Vernissage und die Spenden haben dies ermöglicht. Allen Beteiligten ein herzliches Danke schön für ihren Beitrag. Der nächste Künstlertreff zu Gunsten Claudius findet am 06. und 07.11.2008 im LKH Wolfsberg statt.

Liebe Kärntner Mitglieder, ich möchte mich ganz herzlich für ihre Treue zur ÖLL Kärnten bedanken. Es ist schön, dass es immer mehr in den Reihen werden die durch eine Mitgliedschaft die Solidarität bekunden. Wenn Sie Fragen haben stehen wir gerne zur Verfügung. Ich grüße Sie mit meinem Leitspruch *„Gemeinsam statt einsam"*

Ihre
Sigrid Markovc

SEIT 14 JAHREN BESTEHT DIE LANDESSTELLE KÄRNTEN.
Unsere vielschichtige Erfahrung geben wir gerne an alle Interessierten weiter. Wir informieren Patienten über Behandlungsmöglichkeiten, Änderungen der Gesetzeslage z.B. für Behinderte, Förderungen, Zuschüsse etc. Wir haben fixe Veranstaltungen wie Sommerfest und Adventfeier, aber auch Vorträge und Informationsabende nach Bedarf oder nach Verfügbarkeit von Vortragenden.

Spatenstich für neues Zentrum Lymphologie ist im Herbst 2008.
Was lange währt wird endlich gut.

DR. BERNHARD TRUSNOVIC steht mit seinem Fachwissen nach Terminvereinbarung unter Tel: 04272-83605 zu unbürokratischer und vertraulichen Beratung in gesundheitlichen Fragen zur Verfügung.

Sprechstunde: LKH Klagenfurt in den Räumen der Nuklearmedizinischen Abteilung, jeden 1. Dienstag im Monat (außer Juli - August) von 14:00 bis 16:00.

STELLVERTRETERIN
Zandi Ingrid
Tel.Nr: 0650-5813556
oell.kaernten@gmx.at
Sprechstunde: LKH Villach, kleiner Speisesaal, jeden ersten Freitag im Monat (außer Juli August) von 18:00 bis 20:00.

GRUPPE WOLFSBERG
Cornelia Kügele
Sprechstunde: LKH Wolfsberg, im Turnsaal der Lymphologischen Abteilung nach telefonischer Vereinbarung mit Frau Kügele unter Tel: 0650/7823534

# OBERÖSTERREICH

## URLAUBSZEIT

*Sind Sie schon auf der Zielgeraden zu den schönsten Wochen des Jahres?*

Endlich wieder richtig Zeit und Muße haben, die Seele baumeln lassen und tun, was einem gut tut. Vielleicht gibt's auch ein paar Dinge, die gut tun, die man aber bisher nicht ausprobiert hat, weil im Alltag die Zeit nicht reicht? Und vielleicht braucht man gar nicht wirklich so viel Zeit

- für die Radlstrecke, die man bisher nicht gefahren ist,
- für die Schwimmrunde im See oder im Freibad
- oder für's Bandagieren, wenn man es erst einmal wieder geübt hat?

Machen Sie sich eine „Streicheleinheiten-Liste" und schreiben Sie sich auch auf, wieviel Zeit Sie jeweils brauchen. Und wenn's einmal nicht so gut läuft, suchen Sie sich etwas aus, was die Stimmung hebt, dem Körper gut tut und sich zeitlich gut in Ihren Tag einbauen läßt.

Und wenn's ganz eng wird: einfach die Augen zumachen, ein paar Mal tief durchatmen und vom letzten Urlaub *(oder vom nächsten)* träumen und die nächste „Streicheleinheiten-Zeitinsel" ganz fest einplanen.

Eine schöne, erholsame Urlaubszeit wünscht Ihnen

Ihre Heidelinde Hirtenlehner
Kontakt zur Landesgruppe Oberösterreich: Tel. 0732/30 10 05,
E-Mail: heidelinde_hirtenlehner@hotmail.com

# TIROL

ÖLL - LANDESSTELLE TIROL
Sekretariat/Servicestelle
Brixnerstrasse 3
6020 Innsbruck
Tel./Fax.: +43 512 581038
*(in der Gemeinschaftspraxis Dr. Giner, Dr. Kettenhuber, Dr. Wohlgenannt)*

DR. GEORG KETTENHUBER
*Arzt für Allgemeinmedizin*
Brixnerstrasse 3
6020 Innsbruck
Tel./Fax.: +43 512 581038
Mobil.:+43 699 11717323
Email: georgkettenhuber@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*

SPRECHSTUNDEN UND TREFFEN
bei Bedarf und nach Voranmeldung jeden ersten Montag in den Räumlichkeiten des Dachverbandes der Tiroler Selbsthilfegruppen.

# STEIERMARK

Die LYMPH LIGA Landesstelle Steiermark ist unter neuer Adresse erreichbar.

Landesstellenleiter für Steiermark:
Dr. Franziska Klemmer

Die offizielle Landesstellenadresse lautet ab 1.08.2008 wie folgt:
DR. FRANZISKA KLEMMER
ÖLL- LANDESSTELLE STEIERMARK
8653 Stanz im Mürztal 45
Tel.: +43 3865 8484, Fax.: +43 3865 8484-4
e-mail: ao.klemmer@aon.at
(in der Praxis Dr. W. Klemmer)

DR. WALTER KLEMMER, Arzt für Allgemeinmedizin
8653 Stanz im Mürztal
Tel.: +43 3865 8484, Fax.: +43 3865 8484-4

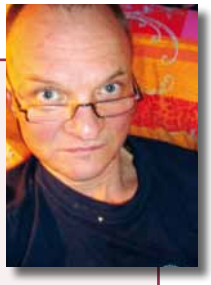
Wer mit Frau Dr. Klemmer Kontakt aufnehmen möchte, ist gerne dazu eingeladen.

# 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.

# 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

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

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
- Oberösterr. 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

**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

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

Bitte informieren Sie sich über die Aufnahmemodalitäten 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

Dr. VODDER SCHULE ®
THERAPIE AUSBILDUNG

WITTLINGER
THERAPIE ZENTRUM