

Chronischer Stau in Beinen und Armen

Ein Lymphödem ist besonders im Sommer sehr unangenehm, es gibt aber einige neue Möglichkeiten der Behandlung *Von Claudia Riedler*

Schwere Beine, oft extreme Schwellungen, angespanntes und verhärtetes Gewebe: Rund 200.000 Menschen in Österreich sind von einem Lymphödem betroffen. 90 Prozent sind Frauen. Dabei ist das Lymphsystem an einer oder mehreren Stellen beschädigt. Der Leidensdruck der Patientinnen und Patienten ist groß – besonders im Sommer.

Die Ursache dafür ist unterschiedlich: Bei etwa zehn Prozent ist es angeboren, man spricht von einem primären Lymphödem. „Die Symptome können bereits kurz nach der Geburt auftreten, aber auch erstmals im Kleinkindalter, in der Pubertät oder erst beim Erwachsenen“, sagt Susan Schlums, Physiotherapeutin in Tumltscham und Landesstellenleiterin Lymph-Liga Oberösterreich. „Das sekundäre Lymphödem entsteht meist nach schweren Operationen, etwa nach einer Brustkrebsbehandlung“ Auch nach einer Therapie anderer Krebserkrankungen, etwa im Kopf-Hals-Bereich oder in der Beckenregion, ist das Risiko für ein Lymphödem hoch.

Unterschied zum Lipödem

Grund dafür: Werden in diesen Arealen mehrere zentrale Lymphknoten entfernt oder geschädigt, kann die Lymphflüssigkeit aus dem betroffenen Gewebe nicht mehr abtransportiert werden. Im Unterschied zum Lymphödem ist ein Lipödem eine chronische Erkrankung, die durch eine Fettverteilungsstörung gekennzeichnet ist. Unbehandelt kann allerdings ein Lymphödem dazu kommen.

Lymphödeme können unterschiedlich belastend sein. „Es gibt verschiedene Stadien dieser chronischen Erkrankung. Anfangs spürt man etwa müde, schwere Beine, die Beschwerden werden stärker im Laufe des Tages, über



Kompressionsversorgung zählt zur Standardtherapie.

Foto: www.medi.de

Nacht verschwinden sie aber wieder. Ab Stadium zwei bleiben die Schwellungen durch die Einlagerung der Gewebsflüssigkeit bestehen. Der Patient verliert zunehmend die Konturen“, erklärt Schlums, die als Physiotherapeutin zahlreiche Lymphödem-Patienten behandelt. Die Lebensqualität leide oft sehr. „Bei Hitze die Kompressionsversorgung zu tragen ist nicht immer lustig. Auch Schuhe oder Bekleidung zu kaufen ist oft schwierig, weil man un-

terschiedliche Größen braucht“, sagt Schlums.

Die konservative Behandlung besteht aus fünf Säulen, das sind Hautpflege, manuelle Lymphdrainage, Kompressionstherapie, Sport und Bewegung und die Schulung zur Selbsttherapie.

„Es ist wichtig, auch mit der Kompressionsversorgung Sport zu betreiben. Je mehr Gewicht, umso mehr Probleme machen die Ödeme“, sagt Schlums. Es gebe hier auch immer wieder Neuerun-

gen, wie etwa ein spezieller BH für Brustödeme oder auch ein maßgefertigter Strumpf für die Nacht.

Mit neuen Verfahren der Mikrochirurgie können neuerdings erworbene Ödeme erfolgreich behandelt werden. Die Herausforderung dabei ist, dass die Größe der Lymphgefäße unter 0,7 Millimeter beträgt. Neue Entwicklungen in der Supermikrochirurgie machen nun aber chirurgische Nähte im Bereich von 0,3 bis 0,8 Millimeter möglich. Dazu kommen besonders leistungsfähige Mikroskope.

„Das Nahtmaterial ist dünner als ein Haar und die Nadel so fein, dass man sie mit freiem Auge gerade noch erkennen kann“, sagt Christine Radtke, Expertin für Lymphchirurgie an der MedUni Wien. Auch wenn dieser Eingriff noch wenig bekannt sei, sei sie überzeugt, dass er sich lohnt. „Die

„Bei Hitze die Kompressionsversorgung zu tragen, ist nicht immer lustig. Auch Schuhe zu kaufen, kann schwierig sein.“



Susan Schlums, Physiotherapeutin

Foto:privat

Betroffenen beschreiben danach eine schnelle Schmerzlinderung und Verbesserung im Alltag.“

Ein Lymphödem ist nicht heilbar, je früher es aber behandelt wird, desto höher sind die Chancen, die Symptome einzudämmen. „Wenn man es früh erkennt, kann man das Lymphödem auf ein erträgliches Stadium zurückbringen“, sagt Schlums.

Mehr Infos gibt es unter www.lymphoedem.at



Behinderung durch Erkrankung (cbx)

Neurogenetik hilft Erkrankungen zu erkennen

„Neurologische Erkrankungen wie Schlaganfall, Demenz, Kopfschmerz, Multiple Sklerose oder Parkinson sind in Europa Ursache Nummer eins für Behinderungen und Ursache Nummer zwei für Todesfälle“, sagte Prof. Günther Deuschl, Präsident der European Academy of Neurology bei einem Kongress in Lissabon mit Schwerpunkt Neurogenetik. Diese ist ein wichtiger Schlüssel, um viele seltene Erkrankungen zu identifizieren, die neurologische Symptome verursachen und häufig lange Zeit nicht erkannt werden. Das hat zur Folge, dass betroffene Patienten keine Gewissheit über ihre Erkrankung haben. Dies ist umso relevanter, als es für einige Erkrankungen bereits therapeutische Optionen gibt, etwa Enzymsatztherapien, zielgerichtete medikamentöse Therapien oder spezifische Diäten.

Hoffnung auf Heilung

Bei häufigen neurologischen Erkrankungen wie Epilepsie, Alzheimer oder Parkinson gibt es familiäre Formen, die man nun erkennen und so Betroffene beraten kann, welche Risiken mit der Erkrankung verbunden sein können und was das für Nachkommen bedeuten kann. Es sind auch schon Gen-Ersetztherapien am Horizont, die erstmals Heilung für schwere, ständig fortschreitende Erkrankungen wie die spinale Muskelatrophie (SMA) bringen könnten.

Blut – der Schlüssel zur Gesundheit

Die Nacht ist für Anna L. (53) zur Leidenszeit geworden.

Seit drei Jahren hat sie krampfartige Muskel- und Gelenkschmerzen, die auch am Tage auftreten.

Die Hüfte, die Knie, der Nacken, die Schmerzen zeren am ganzen Körper und verschlechtern die Beweglichkeit und die Lebensqualität von Anna.

Eine Odyssee zu Ärzten und viele Medikamente hat sie hinter sich, aber die Schmerzmittel bringen ihr nur kurzfristig Linderung. Außerdem haben sie erhebliche Nebenwirkungen, Magen und Darm sind bereits beeinträchtigt.

In Österreich, Deutschland und in den meisten Ländern der westlichen Welt gibt es hervorragende Ärzte, denen ein breites Spektrum an analytischer Technologie zur Verfügung steht.

Aber immer mehr Patienten finden trotz dieser medizinischen Fortschritte keine dauerhafte Linderung ihrer Beschwerden.

Sie suchen einen anderen Weg, mehr als nur die Behandlung ihrer Symptome, mehr als die Diagnose in wenigen Minuten und mehr als ein Rezept für Medikamente mit scho-

ckierenden Beipackzetteln. Eine Freundin empfahl Anna L., die Heilpraktikerin Sabine Linek aufzusuchen. Die schlägt einen besonderen Weg ein, wenn es um die Behandlung ihrer Patienten geht.

Die von ihr ausgebildeten Heilpraktikerinnen wenden zur Diagnose die Dunkelfeldmikroskopie an, ein Tropfen Blut wird in hoher Vergrößerung analysiert. Dabei gilt es, sich mit diesem Tropfen Blut ein Gesamt-



Heilpraktikerin Sabine Linek

bild zu schaffen. Bis zu einer Stunde dauert diese „Reise durch den Körper“, die zusammen mit dem Patienten an einem großen Bildschirm durchgeführt wird. Bei Anna L. glaubt die Heilpraktikerin, die Ursache der Schmerzen zu erkennen.

Nach der Diagnose stellt sie für Anna eine individuelle Behandlung zusammen, deren Grundlagen die von Sabine Linek unter dem Namen SanaZon-Therapie zusammengefassten Methoden sind.

Die besondere Kombinationsbehandlungsmethode konnte vielen Patienten bereits helfen. Zum Teil mehr als tausend Behandlungen monatlich werden in Deutschland in ihren drei Praxen Gifhorn, Travemünde und Bad Griesbach durchgeführt. So empfindet auch Anna L. nach Sabine Lineks SanaZon-Therapie ein neues Körpergefühl.

Aus den verschiedensten Ländern Europas, aber auch weltweit reisen die Patienten an.

In Bad Griesbach im niederbayerischen Bäderdreieck, nur 25 km von Passau entfernt, wo sich die Praxis im Thermenhotel Viktoria (vormals



Die Heilpraktikerin Silvia Kalina bei der Dunkelfelddiagnose

Columbia Hotel) befindet, behandeln die von Sabine Linek ausgebildeten Heilpraktikerinnen Silvia Kalina und Anette Pettau die Patienten.

Zusätzlich mit fünf weiteren Mitarbeiterinnen wird eine angenehme, entspannte Umgebung für den Patienten geschaffen, wozu auch die neu gestalteten Praxisräume beitragen.

KONTAKT

Naturheilpraxis Sabine Linek
Passauer Straße 39a
(im Hotel Viktoria)
94086 Bad Griesbach, Deutschland
Tel. 0049 (0) 8532-309704
www.linek-naturheilpraxen.de
Folgen Sie uns auf Instagram!

WERBUNG

Fotos: Naturheilpraxis Sabine Linek