

GESUNDHEIT

## Strümpfe gegen den chronischen Stau

Von Claudia Riedler 04. September 2019 00:04 Uhr

LESEDAUER ETWA 1 MIN

- AUF DIE MERKLISTE
- TEILEN
- VORLESEN
- 0 KOMMENTARE



Caroline Sprott zeigt, wie man „Kompressions-Mode“ trägt.

Bild: privat

### Aufklärung über Lymphödem: Jahrestagung mit zahlreichen Experten findet am 20./21. September im Krankenhaus in Steyr statt.

Rund 150.000 Menschen in Österreich sind von einem Lymphödem betroffen. Das Lymphsystem ist bei dieser chronischen Erkrankung an einer oder mehreren Stellen beschädigt. Schwere Beine, extreme Schwellungen und angespanntes und verhärtetes Gewebe durch Flüssigkeitsansammlungen im Zwischenzellraum sind die Folge. Nicht zu verwechseln mit dem Lipödem – einer chronischen Erkrankung, die durch eine Fettverteilungsstörung gekennzeichnet ist.



Bei etwa zehn Prozent ist die Krankheit angeboren, das sekundäre Lymphödem entsteht aber nach schweren Operationen, etwa nach einer Brustkrebsbehandlung. Neun von zehn Betroffenen sind Frauen. Eine davon ist die 30-jährige Caroline Sprott aus Wetzlar. In ihrem Blog (lipoedemmode.de) berichtet sie über ihre Krankheit und wie sie die Kompressions-Strümpfe modisch einsetzt. Bei der Jahrestagung der Lymph-Liga in Steyr wird sie einen Vortrag halten (siehe Kasten).

Die Kompressionsbehandlung ist ein wichtiger Teil der Behandlung von Lymphödem (und auch bei Lipödemen), dazu kommen Entstauungsgymnastik und Hautpflege. Das Lymphödem kann so in Schach gehalten werden und die Lebensqualität wird verbessert.

Die Behandlung ist aufwendig. "Bei Hitze die Kompressionsversorgung zu tragen, ist auch nicht immer lustig. Und Schuhe oder Bekleidung zu kaufen ist, oft schwierig, weil man unterschiedliche Größen braucht", sagt Susan Schlums, Physiotherapeutin und Landesstellenleiterin der Lymph-Liga in Oberösterreich. Umso wichtiger sei es, das Selbstmanagement zu optimieren, sagt Richard Cervenna, Vorstand der Uniklinik für Physikalische Medizin in Wien und Präsident der Lymph-Liga. "Es gilt aufzuklären, und das macht die Lymph-Liga unter anderem mit dem Kongress in Steyr."

"Es ist wichtig, auch mit der Kompressionsversorgung Sport zu betreiben. Je mehr Gewicht, umso mehr Probleme machen die Ödeme", sagt Schlums. Hilfe versprechen außerdem unterschiedliche chirurgische Eingriffe, bei denen die Verbindungen zwischen den Lymphgefäßen mittels Lymphknoten-Transplantation wiederhergestellt werden.

### Lymph-Liga-Tagung

Die Österreichische Lymph-Liga feiert heuer ihr 25-Jahr-Jubiläum. Das ganze Jahr über kann man sich an den Selbsthilfe-Verein wenden. Bei der Jahrestagung im Landeskrankenhaus Steyr am 20./21. September kommen Betroffene und Fachleute ins Gespräch.

In Vorträgen und Workshops informieren Expertinnen und Experten über Therapie und Diagnostik von Lymphödem. Neue Produkte werden vorgestellt, und auch Betroffene (wie etwa die Bloggerin Caroline Sprott) kommen zu Wort.

Mehr Informationen und Anmeldung zur Tagung unter [www.lymphoedem.at](http://www.lymphoedem.at)