



## ABSCHIED UND NEUBEGINN

Seite 2

## CIRCAID – SO SIEHT ES DER WISSENSCHAFTLER

Seite 10

Jahrestagung der  
Österreichischen Lymph-Liga  
am 4. November 2017  
im WIFI Dornbirn, Vorarlberg.  
Infos in der nächsten Ausgabe!

# EDITORIAL

Liebe Mitglieder,  
Liebe Leserinnen und Leser!

## ABSCHIED UND NEUBEGINN

Vereinsleben bedeutet nicht nur Auf und Ab bei den zum Ziel gesetzten Anliegen. Es bedeutet auch Abschiednehmen und Begrüßen im ganz und gar menschlichen Sinne. So gibt es diesmal zwei Abschiede – einen endgültigen, von Gerti Buchmann, und einen, gottseidank nur „funktionalen“, von Manfred Schindler. Beide waren Pionier/in und Langzeitfunktionär/in der Österreichischen Lymph-Liga. Ohne die beiden gäbe es die ÖLL wahrscheinlich nicht (mehr).

Aber kein Abschied ohne Neubeginn: mit Freude erlebten wir schon die vergangene



Vorstandssitzung mit vielen neuen Persönlichkeiten, die in den Landesstellen als deren LeiterInnen oder MitarbeiterInnen mit Rat und Tat zur Verfügung stehen, und die auch viele gute neue Ideen einbringen werden. Ein herzliches Willkommen allen jenen!

Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, wünsche ich schon jetzt eine friedliche Weihnacht und einen guten Wechsel hinüber, ins neue Jahr. Mit Gesundheit, Glück und Erfolg.

Ihr  
Prim. Dr. Walter Döller  
Präsident

### IHRE MAILADRESSE, BITTE!

Sie bekommen immer wieder zwischendurch nützliche Infos von Ihrer Landesstelle, wenn Sie uns Ihre Mailadresse bekanntgeben. Bitte an [info@lymphoedem.at](mailto:info@lymphoedem.at)

### KEINE ZEITUNG? KEIN MITGLIED?

Das können Sie rasch ändern: Beitrittserklärung in diesem Heft, oder elektronisch an Österreichische Lymph Liga [info@lymphoedem.at](mailto:info@lymphoedem.at). Erschienene oder neueste Hefte des Lymph-Journals können Sie auch elektronisch unter [www.united-kiosk.de](http://www.united-kiosk.de) lesen und abonnieren!

#### Lymphliga virtuell:

Besuchen Sie auch unsere Homepage [www.lymphoedem.at/](http://www.lymphoedem.at/). Auf Facebook finden Sie uns als Österreichische Lymph-Liga.

## IN MEMORIAM: GERTRUDE BUCHMANN



*Ausgezeichnet, in jeder Hinsicht: Gertrude Buchmann erhielt vom ehemaligen Gesundheitsstadtrat Sepp Rieder den „Gesundheitspreis der Stadt Wien“.* Foto: privat

Sie hatte nicht mehr viele Angehörige, und daher erreichte uns die Nachricht viel zu spät: Gerti Buchmann ist im Herbst, knapp 82jährig, verstorben.

Geboren am 22. Jänner 1935, zählte Gertrude Buchmann zu den Architektinnen und später dann zu den tragenden Säulen der Österreichischen Lymph-Liga. Als persönlich Betroffene kam sie von den sich frisch formierenden Selbsthilfegruppen, konkret jener, die sich um Brustkrebsbetroffene kümmerte.

Buchmann kannte sich aus. Sie wurde im Lauf der Jahre zum wandelnden Archiv und zur Auskunftsperson im Vorstand der Lymph-Liga. Immer dann, wenn wir nicht weiterwussten, kam von Gerti eine hilfreiche Anregung. Und wenn nicht eine solche, dann zumindest eine witzige Anmerkung, die uns das Vereinsleben ein wenig leichter machte.

Gertrude Buchmann war eine Frau der Tat. Nachdem ihre Kapazität an persönlicher Beratungsleistung für Betroffene zu erschöpfen schien, drehte sie kurzerhand ein Video „Patientenselbsthilfe bei Lymphödem“, in den sie den Betroffenen

unter anderem vorführte, wie man (sich) richtig bandagiert. Sie jammerte also nicht nur über die schlechte geringflächige Versorgung der PatientInnen in unserem Lande, sondern schritt einfach zur Tat. Dafür wurde sie auch mit dem Gesundheitspreis der Stadt Wien ausgezeichnet.

Unsere Kollegin scheute für die gute Sache auch weite Wege nicht. Öffentliche Verkehrsmittel benützend, schleppte sie sich auch die letzten Jahre, noch im vergangenen Sommer, mit dem Stock per Straßenbahn, Zug, Autobus zu den Sitzungen und Veranstaltungen der Lymph-Liga.

Vielen von uns, dem Alter wenigstens gedanklich auch schon sehr nahe, ist Frau Buchmann auch in anderer Sicht ein Vorbild: nie verfiel sie in die unbeliebten Altersdisziplinen der Besserwisseri und der Wichtigmacherei. So werden wir sie alle miteinander als gutes, großes Vorbild, als liebenswerten Menschen in langer Erinnerung behalten.



Kämpfer für die Interessen der PatientInnen: Schindler (2.v.l.) vor einer der zahlreichen Verhandlungen mit Gesundheitsbehörden.

Foto: ÖLL/cm

## MANFRED SCHINDLER: GRÜNDUNGSMOTOR, GEDROSSELT

Zum Glück nur ein gedrosselter Motor: Unser Gründungsmitglied, jahrzehntelanger Leiter der Landesstelle Wien und Vorstandsmitglied für Öffentlichkeitsarbeit ruht sich nun aus. Manfred Schindler, Jahrgang 1954, hat kein leichtes Leben. Er kämpft seit bald drei Jahrzehnten mit verschiedensten schweren Krankheiten, die ihn in der jüngsten Zeit ins Bett und in den Rollstuhl drücken.

„Mit 28 Jahren bin ich eines Sonntagmorgens mit dicken Beinen aufgewacht“, erzählt er seine erste traurige Bekanntschaft mit dem Lymphödem. „Diagnostiziert wurde relativ schnell das Richtige, nur behandelt wurde falsch“, erinnert sich Manfred Schindler. Die Lymph-Experten Prof. Dr. Partsch und Dieter Wittlinger waren in der folgenden Phase jene, die es „richtig“ machten und den Patienten in vernünftige Behandlungsbahnen brachten. „Später wurde ich dann von anderen Krankheiten überrollt“, erzählt er. Krankheiten, die ihn relativ früh in die Pension – nicht aber in den Ruhestand zwangen. Zu viele Interessen, zu viel Engagement für die anderen Menschen trieben den Wiener an. „Ja zum Leben sagen und so gut zu leben, wie es eben geht“, hält den immer wieder schwer von Krankheit getroffenen bis heute aufrecht.

### WISSEN UND PRAXIS VERBESSERT

„Ich weiß bis heute nicht einmal, ob ich ein primäres oder sekundäres Lymphödem habe“, sagt der nach wie vor jugendlich



Heute im Rollstuhl, aber noch immer am Puls der Zeit und wacher Zeitgenosse.

Foto: privat

Aussehende. Damals, am Anfang, spielte das aber auch keine Rolle. Der Diplomsozialarbeiter, der schon in jungen Jahren zum wichtigsten Mitarbeiter des legendären Gesundheitsstadtrates und Arztes Alois Stacher wurde, initiierte aufgrund der eigenen leidvollen Erfahrung gemeinsam mit einer Handvoll Engagierter die Lymph-Liga. Elisabeth Wildner von der Firma Bständig, Dr. Döller, damals Oberarzt in Wolfsberg, Martha Frühwirth von der Selbsthilfegruppe nach Krebs, fallen ihm als damalige MitstreiterInnen ein.

Manfred Schindler wurde hauptberuflich Leiter der großen Volkshochschule Wien-Hietzing, danach IT-Manager. Aber die Lymph-Liga blieb eines seiner wichtigen ehrenamtlichen Projekte. Die Gründung der Zeitung, schon sehr früh die eigene Internet-Seite, der Aufbau einer Landesstelle Wien gingen auf seine Initiative zurück. Aber auch die gemeinsam mit

Bständig organisierten Bandagierkurse, viele zähe Verhandlungen mit Sozialversicherungen und Ministerien für die Interessen der Lymphödem-PatientInnen, hat Manfred Schindler entscheidend mitgetragen.

Am Ende seiner aktiven Zeit zieht er erfreuliche Bilanz: „Das Wissen über Lymphödeme und deren Behandlung ist massiv gestiegen. Und auch die Praxis, richtig zu verordnen und richtig zu behandeln, hat sich enorm verbessert!“

Wer, wenn nicht er: Manfred Schindler wird dieser Tage, als zweitem Funktionär, feierlich die Ehrenmitgliedschaft der Österreichischen Lymph-Liga verliehen.



Dr. Christine Heim erläutert den erfolgreich verlaufenen Bemer-Versuch in der Lymphtherapie.

Foto: ÖLL/CM

## VERSUCH AN LYMPHÖDEMEN ZEIGTE: BEMER GEFÄSSTHERAPIE IST WIRKSAM

In einem umfangreichen Versuch wurde am Wittlinger Therapiezentrum Walchsee/Tirol getestet, wie weit die Gefäßtherapie Bemer auch bei Lymphödemen wirksam sein könnte. Die Voruntersuchung, welche in 2015 durchgeführte, war sehr vielversprechend, sodass jetzt von 2016 bis 2018 eine wissenschaftlich anerkannte Studie zur Wirksamkeit im Wittlinger Therapiezentrum durchgeführt wird.

Die ärztliche Leiterin des Wittlinger Therapiezentrums, Dr. Christine Heim, ist auch Mitglied des wissenschaftlichen Beirats der Österreichischen Lymph-Liga und berichtete uns über die Arbeit mit Bemer. Wir haben hier kurz und für Laien verständlich dargestellt, worum es bei der Therapie geht. Heim bezeichnet die Therapie als „Morsesprache auf Magnetfeldbasis“: „Unser Körper kommuniziert sehr viel mit anderen Körpern. Im gegenständlichen Versuch betraf das die menschlichen Gefäßwandzellen, die mit Bemer Geräten stimuliert wurden.“

Die Physikalische Gefäßtherapie Bemer stimuliert eine eingeschränkte Vasomotion (Eigenbewegung der Gefäße) und bewirkt dadurch eine Verbesserung der Mikrozirkulation.

In der Lymphtherapie wird jetzt in einer Doppel-Blind-Studie über eineinhalb Jahre Laufzeit getestet, wie sich Entzündungsmarker, Volumina des Lymphgewebes und Befindlichkeit verändern. Während in der Vergleichsgruppe ausschließlich Lymphdrainage angewandt wird, erhalten die PatientInnen der zweiten Gruppe Lymphdrainage und Bemer Therapie.

Ergebnis: aus dem Piloten, der aus 10 Patienten bestand

- Lymphödem-Volumenreduktion
- HADS-Score (=Angst und Depressionen)
- Labordaten (für Fachleute: CRP, Interleukinde, IL6, IL8, TNF-alpha (11))



Steuergerät von Bemer.

Foto: Bemer

### NEUES AUS DEN LANDESSTELLEN

Seit Juni 2016 arbeitet Elisabeth Kleinpaul, freiberufliche Heilmasseurin und ausgebildete Lymphtherapeutin mit eigener Praxis in Wien als Stellvertreterin in der Landesstelle Wien mit. Ihre Motivation für diese Tätigkeit ist es, ihr Fachwissen und ihre



Erfahrung, die sie in der Zusammenarbeit mit Betroffenen und Ärzten gemacht hat, einzubringen.

Kontakt: Mobil: +43699-10913861

Email: office@kreuzweh.at

Homepage: www.kreuzweh.at

Foto: Neu in der Landesstelle Wien: Elisabeth Kleinpaul. Foto: privat



## circaid® juxtafit® essentials

Unelastische Kompressionsversor-  
gungen für Arm und Bein – zur Eigen-  
behandlung in der Lymphtherapie.

- Einfaches An- und Ausziehen ohne komplizierte Bandagierungstechniken
- Abnehmbar zur Körper- und Hautpflege
- Selbstständiges Einstellen des Kompressionsdrucks durch einzigartiges Built-In-Pressure® System
- Effektive Therapie durch einfaches Nachjustieren der Kompression
- Atmungsaktives Material für ein angenehmes Tragegefühl

www.medi-austria.at

medi. Ich fühl mich besser.



## LYMPHKLINIK WOLFSBERG

Die Lymphklinik Wolfsberg ist Österreichs einzige Lymphklinik, die sowohl Akutversorgung als auch Rehabilitation anbietet. Ansprechende Architektur, lichtdurchflutete Räume und die Gewissheit, sich in guten Händen zu befinden.

lymph  
klinik  
wolfsberg



### ZUWEISUNG AN DIE LYMPHKLINIK WOLFSBERG

Der niedergelassene Arzt weist seinen Patienten an die Lymphklinik Wolfsberg zu. Nach der Bewilligung eines Rehabilitationsantrags folgt ein 22-tägiger Reha-Aufenthalt. Unter Berücksichtigung allfälliger Kontraindikationen wird eine individuelle, bio-psycho-soziale Rehabilitationsbehandlung durchgeführt. Zum Abschluss des Aufenthaltes wird der Patient mit Maß-Kompressionsstrümpfen und diversen Informationsmaterialien versorgt. Um die Nachhaltigkeit des Therapieerfolges zu überprüfen, erfolgen regelmäßige Kontrollen mit klinischer Untersuchung und Kontrollmessungen.



### KONTAKT:

Lymphklinik Wolfsberg, im LKH Wolfsberg, ein Haus der KABEG

Paul-Hackhofer-Str. 9  
9400 Wolfsberg, Austria

Abteilungs Vorstand:  
Prim. Dr. Christian Ure,  
Facharzt für Innere Medizin  
und Angiologie

T +43 4352 533-76903  
F +43 4352 533-76909  
E info@lymphklinik.at  
www.lymphklinik.at

## LIEBE MITGLIEDER DER ÖSTERREICHISCHEN LYMPH LIGA, LIEBE INTERESSENTINNEN!

Ein herzliches Dankeschön an alle unsere treuen UnterstützerInnen für die Überweisung des Mitgliedsbeitrags für 2016!

Die Österreichische Lymph Liga kämpft mit diesem Geld stetig für die Verbesserung der Betreuung und Behandlung von Lymphödem-Betroffenen und ja, es gibt noch viel Arbeit zu tun!

Und darum bitten wir Sie: sollten Sie den Mitgliedsbeitrag für 2016 (Euro 25,00) noch nicht überwiesen haben, dann tun sie dies so schnell wie möglich! Wenn Sie unsicher sind, bin ich telefonisch immer am Vormittag für Auskünfte gerne erreichbar: 02672 84473  
Konto der ÖLL: IBAN: AT45 1100 0032 7012 8600

Im Namen des Vorstands der ÖLL,  
Herzlich, Ihre

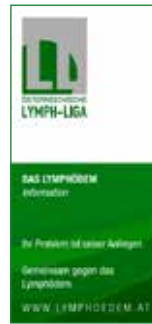
**Ursula Partsch**

Servicestelle der ÖLL  
Tel: +43(0)2672 84 473  
[info@lymphoedem.at](mailto:info@lymphoedem.at)  
[www.lymphoedem.at](http://www.lymphoedem.at)

*Mag. Ursula Partsch-Brokke,  
Servicestelle der Österreichischen  
Lymph-Liga. Foto: privat*



## NEU: INFO-FOLDER FÜR INTERESSIERTE



Was die Lymph-Liga für ihre Mitglieder tut, welche Ziele sie hat, wie man sie unterstützen kann: alle diese Fragen werden in einem neuen Info-Folder beantwortet, den man kostenlos bei der Österreichischen Lymph-Liga [info@lymphoedem.at](mailto:info@lymphoedem.at) bestellen kann. Natürlich findet man darin auch die aktuellen Adressen der einzelnen Landesstellen.

*Info-Folder für alle Interessierten. Foto: ÖLL*

## HAT IHRE KRANKENKASSE „NEIN“ GESAGT? THERAPIE VERWEIGERT?

Die Österreichische Lymph-Liga sucht PatientInnen, die im Krankenkassen- und Bewilligungsdschungel auf der Strecke geblieben sind. Denen Leistungen verwehrt geblieben sind, die schlecht oder ungenügend informiert und behandelt wurden. Wir wollen Ihre Schicksale aufrollen, genau beleuchten. Die schlimmsten Fälle könnten auch zum Gegenstand von Sammelklagen werden. Sie gehen keinerlei Risiko ein, wenn Sie sich bei uns melden. Und auf Wunsch wird Ihr Fall selbstverständlich auch streng diskret behandelt. Kontaktieren Sie bitte unsere Servicestelle Tel: +43(0)2672 84 473 oder [info@lymphoedem.at](mailto:info@lymphoedem.at). Ihre Mitarbeit hilft auch anderen PatientInnen, mehr Gerechtigkeit für Lymphödem-Betroffene zu erkämpfen!

## Parallele Unterstützung zur Lymphdrainage

Für Kinder ab 1 Jahr



### LYMPHDIARAL®- Drainagesalbe

- ➔ fördert den Lymphabfluss
- ➔ reduziert die Schwellungen
- ➔ wirkt antientzündlich



Die Patienten sollen die Tropfen zusätzlich als Ergänzung einnehmen und die Salbe auch zu Hause bis zur nächsten Behandlung immer wieder auftragen.

**Über Wirkungen und mögliche unerwünschte Wirkungen lesen Sie die Gebrauchsinformation und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

Zweigniederlassung Österreich · Fischhof 3 · A-1010 Wien · Tel. 01/533 16 88 · Fax: 01/533 56 08 · [info@pascoe.at](mailto:info@pascoe.at) · [www.pascoe.at](http://www.pascoe.at)



**Juzo**<sup>®</sup>  
Lymphology



# ERFOLGREICHE ÖDEMTHERAPIE mit Kompressionsprodukten von Juzo<sup>®</sup>

Juzo bietet für beide Phasen der Komplexen Physikalischen Entstauungstherapie (KPE) ein optimal abgestimmtes Behandlungskonzept zur Therapie von Lymphödemen.

## Juzo<sup>®</sup> SoftCompress

Produkte zur Kompressionsbandagierung



## Juzo<sup>®</sup> ACS light

Variables Kompressionssystem



## Juzo<sup>®</sup> Expert

Kompressionsbekleidung nach Maß



Juzo<sup>®</sup>. Leben in Bewegung



## SERVICESTELLE

Mag. Ursula Partsch-Brokke  
Postfach 41, 2560 Berndorf  
Tel: 02672 84473, Fax: 06272 88996  
[info@lymphoedem.at](mailto:info@lymphoedem.at)

# AUS UNSEREN LANDESSTELLEN



## BURGENLAND

Wer mit Landesstellen-Leiterin Edeltraut Kopyy Kontakt aufnehmen möchte, ist gerne dazu eingeladen:  
Telefon 0664/5103453, E-Mail [ekopyy@gmx.at](mailto:ekopyy@gmx.at)  
Josef Haydngasse 1A/4/2, 7111 Parndorf  
*Foto: Edeltraut Kopyy*



## KÄRNTEN

Landesstellenleiterin:  
Cornelia Kügele, MSc, MEd  
Zentrum für Lymphologie Wolfsberg,  
Tel. 0650 782 35 34  
*Foto: Cornelia Kügele*



### Stellvertreterin:

Romana Obernosterer  
Tel. 0650 287 91 18  
*Foto: Romana Obernosterer*

### Weitere Ansprechpartnerin:

Mag. Ingeborg Fritzer, 0664 20 22 213,  
Termin nach Vereinbarung



## NIEDERÖSTERREICH

Landesstellenleiter:  
Helmut Markus, An der Königswiese 8/B/14,  
2340 Mödling, Tel. 0660/76 36 201,  
E-Mail [helmut\\_markus@yahoo.de](mailto:helmut_markus@yahoo.de)  
*Foto: Helmut Markus*



## OBERÖSTERREICH

Für Sie da:  
Susan Schlums  
E-Mail: [physio.schlums@gmail.com](mailto:physio.schlums@gmail.com)  
Mobil: +43/650/4003279  
Homepage: [www.facebook.com/physio.schlums](http://www.facebook.com/physio.schlums)  
*Foto: Ansprechpartnerin in ÖÖ: Susan Schlums. Foto: privat*



## SALZBURG

Treffen Sie sich mit Gleichgesinnten und tauschen Sie sich aus – es wird Ihnen guttun. Gruppentreffen im Diakonie-Zentrum Salzburg, Termine auf Anfrage bei Landesstellenleiterin Daniela Ziegler, Tel, 0662/43 89 34 oder 0699/156 120 20.  
*Foto: Daniela Ziegler*



## STEIERMARK

Die LYMPH-LIGA Landesstelle Steiermark ist unter folgender Adresse erreichbar:  
Dr. Franziska Klemmer  
ÖLL- Landesstelle Steiermark  
8653 Stanz im Mürztal 70  
Tel.: 03865 8636 oder 0664 5165746  
E-mail [lymph.stanz@gmx.at](mailto:lymph.stanz@gmx.at)  
Ich freue mich auf ihre Fragen, Wünsche, Anregungen und lade sie ein, mit mir Kontakt aufzunehmen!  
*Foto: Franziska Klemmer*



### Weitere Ansprechpartnerin in der Steiermark:

Karin Zotl, Tel. 0660 / 346 1517, E-Mail: [k.zotl@aon.at](mailto:k.zotl@aon.at)  
*Foto: Karin Zotl Foto: privat*



## TIROL

Landesstellenleiterin  
Dr. Melanie Wohlgenannt MPH  
Ärztin für Allgemeinmedizin  
Brixnerstrasse 3, 6020 Innsbruck  
Tel: +43 512 580019, Fax: +43 512 580019-20

### Sprechstunden und Treffen

Anfragen per E-Mail und Telefon, Beratung per Telefon, E-Mail und persönlich nach telefonischer Vereinbarung unter Praxis Dr. Wohlgenannt, Brixnerstrasse 3/IV an jedem 1. Dienstag 2 monatlich (nächstes im Juli). Um vorherige Anmeldung wird gebeten unter der Innsbrucker Telefonnummer 0512 580019, Praxis Dr. Wohlgenannt, mindestens eine Woche vor den geplanten Terminen. Für Fragen, Beratungen usw. steht Ihnen auch die E-Mail-Adresse zur Verfügung: [praxis@dr-wohlgenannt.at](mailto:praxis@dr-wohlgenannt.at)  
*Foto: Melanie Wohlgenannt*



## VORARLBERG

Alfred Kögl steht als Landesgruppenleiter den Mitgliedern aus Vorarlberg mit Rat und Tat zur Verfügung. E-Mail: [alfred.koegl@aon.at](mailto:alfred.koegl@aon.at), Mobil: 0676/5951473.  
*Foto: Alfred Kögl*



## WIEN

Landesstellenleiterin:  
Mathilde Auner, Tel.: 0699 10774344,  
E-Mail: [Mathilde\\_Auner@yahoo.de](mailto:Mathilde_Auner@yahoo.de)  
*Foto: Mathilde Auner*  
Wir laden Sie herzlich ein zu unseren monatlichen Treffen, jeden 2. Mittwoch (außer Juli, August) um 17 Uhr im Cafe Raimund, 1010 Museumstraße 6. Hier können Sie sich über die Behandlung von Lymphödem und Lipödem informieren und sich austauschen über das Leben mit dieser Krankheit. Stellen auch Sie Ihre Fragen und bringen Sie Ihre Anliegen ein.



### Stellvertreterin:

Claudia Wolf, Tel.: 0660 1631503,  
E-Mail: [c.s.wolf@gmx.at](mailto:c.s.wolf@gmx.at)  
*Foto: Claudia Wolf*

# NEUES AUS DEN LANDESSTELLEN

## NIEDERÖSTERREICH: SO WAR 2016

Mein allererstes Jahr in meiner Funktion als Landesleiter für Niederösterreich und somit auch Mitglied des Vorstandes der Österreichischen Lymphliga geht zu Ende.

Dieses Jahr war von viel intensiver Arbeit geprägt. Leider konnte ich noch nicht alles in Angriff nehmen, was ich mir am Anfang meiner Tätigkeit vorgenommen habe. Zuerst das Erfreuliche, einigen Betroffenen konnte ich mit Rat zur Seite stehen und unter anderem an Therapeuten vermitteln. Leider ist das auch der Schwachpunkt und einer meiner besonderen Schwerpunkte bei der Arbeit als Landesleiter – in Niederösterreich fehlt es nach wie vor sowohl an einer flächendeckenden Versorgung an Ärzten, welche sich mit dem Themenkreis „manuelle Lymphdrainage/komplexe physikalische Entstauung“ auskennen als auch an Therapeuten, welche die ärztlichen Anweisungen auch wirkungsvoll umsetzen (können). Daran arbeite ich intensiv. Ein großes Hindernis, dieses Ziel zu erreichen, Therapeuten zu finden, welche mitarbeiten wollen, ist nach wie vor, dass die Krankenkassen, die nicht immer zum Wohle der Patienten entscheiden, nötige Therapien zu bewilligen, sondern man den Eindruck gewinnt, dass diese ausschließlich darauf schauen, nichts oder so wenig wie möglich bezahlen

zu müssen. Diesen gordischen Knoten – hier Patienteninteresse, dort Krankenkasse und dazwischen Ärzte und Therapeuten, gilt es zum Wohle aller Betroffenen zu lösen. Diese Herausforderung ist wohl für die nächste Zeit das vieles überstrahlende Thema.

Andererseits, und das ist mindestens ebenso wichtig, steht die Fortbildung aller Therapeuten (ob Physiotherapeuten oder Heilmasseure) und Ärzte bezüglich manuelle Lymphdrainage dringend an prominenter Stelle meiner Liste. Wir haben Gott sei Dank in Österreich wunderbare und ausgezeichnete Leute auf diesem Gebiet! Im LKH Wolfsberg, in Walchsee sind tolle Ärzte und ausgezeichnete Therapeuten am Werk – aber dieses Wissen muss dringend auch bei den „einfachen“ Fachärzten ankommen! Es darf einfach nicht sein, dass eine Patientin hin und her geschickt wird und am Ende ein Schulterzucken und der Rat „nehmen sie doch ein paar Kilo ab“ steht! Diese Zeit muss endgültig vorbei sein. Das ist die Herausforderung und das anzustrebende Ziel für 2017 und ich hoffe, dass ich nächstes Jahr viel mehr Positives darüber schreiben werde können.

*Erste Jahresbilanz: Helmut Markus, Niederösterreich. Foto: privat*



## GEMEINSAM SIND WIR MEHR UND STARK

Die Österreichische Lymph-Liga ist ein Zusammenschluss von Patienten - aber nicht nur das: hier treffen sich auch Ärzte, Physiotherapeuten, Heilmasseure und Bandagisten - und alle haben eines im Sinn: die Situation der Lymphödem-Patienten in Österreich zu verbessern.

Wenn Sie unsere ehrenamtliche Arbeit unterstützen und unseren Verhandlungen mit den Sozialversicherungsträgern mehr Gewicht geben möchten, werden Sie doch Mitglied bei uns! Jedes Mitglied zählt!

Als Mitglied bekommen Sie außerdem

zweimal jährlich unser Lymphjournal mit aktuellen Informationen und ermäßigten Eintritt bei unseren Tagungen und Veranstaltungen.

### WIE GEHT DAS?

Anmeldung per E-Mail unter [info@lymphoedem.at](mailto:info@lymphoedem.at) oder Sie senden den Abschnitt am Ende dieser Seite an: Österreichische Lymph-Liga, Postfach 41, 2560 Berndorf.

Ein Beitrag, der viel bewegt: unser Mitgliedsbeitrag beträgt für Privatpersonen

€ 25, --/pro Jahr für Firmen: € 110, --/pro Jahr. Unsere Bankverbindung: IBAN AT45 1100 0032 7012 8600, BIC BKAUATWW

Auch wenn Sie unsere Arbeit mit einer Spende oder mit einer Werbeeinschaltung in unserem Lymphjournal oder auf der Homepage [www.lymphoedem.at](http://www.lymphoedem.at) unterstützen möchten, können Sie dies gerne tun. Auskünfte zu Werbeeinschaltungen erhalten Sie unter +43 664 25 55 023 oder per E-Mail: [office@mandlkommunikation.at](mailto:office@mandlkommunikation.at)



## JA, ICH MÖCHTE MITGLIED DER ÖSTERREICHISCHEN LYMPH-LIGA WERDEN:

Name	Geb. Datum (TT/MM/JJJJ)	E-Mail
Straße	Ort/PLZ	Telefon
Ich möchte Mitglied der Österreichischen Lymph-Liga werden: <input type="checkbox"/> ordentliches Mitglied 25 Euro/Jahr <input type="checkbox"/> Firmenmitgliedschaft zu 110 Euro/Jahr		
Ich bin <input type="checkbox"/> PatientIn <input type="checkbox"/> PhysiotherapeutIn <input type="checkbox"/> BandagistIn <input type="checkbox"/> Arzt/Ärztin <input type="checkbox"/> MasseurIn <input type="checkbox"/> InteressentIn.		
Ich möchte aktiv an der ÖLL mitarbeiten <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein		
Ort, Datum	Unterschrift	

# VELCRO-BAND-KOMPRESSION ZUR LYMPHÖDEM-BEHANDLUNG

Das Lymphjournal hat bereits über „Circaid“ im Praxiseinsatz berichtet. Diesmal lesen Sie den Bericht eines Experten: Prof. Dr. Hugo Partsch ist nicht nur Arzt und Universitätsprofessor und anerkannte Fachautorität auf dem Sektor der Lymphtherapie, sondern auch wissenschaftlicher Beirat der Österreichischen Lymph-Liga.

## UNNACHGIEBIGE KOMPRESSION BEIM LYMPHÖDEM



*Circaid: positive Ergebnisse, Erleichterung für Patienten. Foto: medi*

Je nach der Dehnbarkeit des Kompressionsmaterials werden nachgiebige, „gummielastische“ Textilien (Langzugbinden, Kompressionsstrümpfe) von mehr starren, unnachgiebigen Materialien (Zinkleimbinden, Kurzzugbinden) unterschieden.

Klassischerweise werden zur Behandlung des Lymphödems, speziell in der Anfangsphase, vorwiegend Kurzzugbinden verwendet, die in der Regel von geschultem Personal angelegt werden sollten. Diese Materialien üben bei Bewegung, also

immer dann, wenn sich die Muskulatur anspannt, einen zusätzlichen Massageeffekt von außen aus und werden vom Patienten als angenehm empfunden, da sie -oft im Gegensatz zu elastischem Material- kein einschnürendes Gefühl erzeugen. Auf Grund des raschen Rückganges der Extremitätenschwellung werden sie allerdings rasch locker und müssen deshalb, besonders in der Anfangsphase der Behandlung, öfter gewechselt werden. Sobald die Extremität „entstaut“ ist, also keine weitere Umfangsreduktion mehr erzielt werden kann, wird üblicherweise auf eine Erhaltungstherapie mit Kompressionsstrümpfen übergegangen, was für den Patienten oft problematisch und gewöhnungsbedürftig ist. Nicht nur die Mühe des täglichen Strumpfanziehens, sondern auch das intensivere Gefühl von „Eingesperrt-sein“ sind nicht selten Gründe dafür, dass Patienten wieder zu ihren Lymphtherapeuten zurückkommen, um sich weitere Kurzzugverbände anlegen zu lassen. Sich selbst derartige Verbände anzulegen, führt meist zu einem sehr unbefriedigenden Resultat.

## KURZZUG-KOMPRESSION MIT KLETTVERSCHLUSS

Die beiden Hauptprobleme der Kurzzug-Kompressionsverbände, sind die nicht einfache Anlage durch geschultes Personal sowie der rasche Druckverlust: Beide Probleme können durch Verwendung von Velcroband-Kompressionssysteme gelöst werden. Die Abb. 2 zeigt ein derartiges System (Circaid ©), welches nach kurzer Instruktion vom Patienten selbst angelegt und bei Lockerwerden selbst nachjustiert werden kann. Der Anlagedruck wird durch Festzurren der zirkulären Bänder variiert. Besonders erfahrene Patienten, die den Druck, den sie brauchen, spüren, kommen damit gut zurecht. „Erstanwendern“ ist zu empfehlen, die Bänder erst nach möglichst festem Zug zu fixieren, ohne dabei Schmer-

zen zu verursachen. In diesem Fall sollten die Bänder gelockert werden. Ein mitgeliefertes Kontrollkärtchen, mit Hilfe dessen der Druck des jeweiligen Velcro-Streifens abgelesen werden kann, ist hilfreich, wobei als feste Kompression ein Wert um 50 mmHg zu empfehlen ist. Bei gleichzeitigem Bestehen von mäßigen arteriellen Durchblutungsstörungen sollte ein Wert von 40 mmHg nicht überschritten werden. Bei schwerer arterieller Verschlusskrankheit („kritische Ischämie“) ist jede Form einer Dauerkompression strikt zu vermeiden.

## SELBSTANWENDUNG

In einer Studie an Patienten mit Beinlymphödem konnte gezeigt werden, dass nach kurzer Anleitung die Patienten imstande waren, sich Circaid© selbst anzulegen, wobei die dabei gemessenen Andruckwerte eine geringere Streubreite zeigten als jene nach Anlage durch das Pflegepersonal. Man spürt sofort am besten, wenn das System zu fest oder zu locker sitzt. Die genannte Untersuchung zeigte auch, dass das verwendete Velcro-System in der anfänglichen Therapiephase zu einer intensiveren Ödem-Rückbildung führte als klassische Lymphödemverbände, offenbar erklärbar durch die Aufrechterhaltung des Anlagedruckes durch wiederholtes Nachjustieren durch den Patienten im Gegensatz zu den Kurzzugverbänden, die rasch locker werden.

Durch die Einführung individuell zu konfigurierender Systeme (Juxta Cures) ist es möglich geworden, das verwendete Kompressionsmaterial auch dann weiter zu verwenden, wenn die Extremität im Lauf der Behandlung eine erhebliche Rückbildung der Schwellung zeigt, indem das Material individuell zurechtgeschnitten werden kann. Damit stellen diese Systeme eine Behandlungsalternative auch in der anfänglichen Therapiephase dar; mit der Möglichkeit; das selbe System auch für die Erhaltungstherapie zu verwenden (-nach Angabe der Hersteller mindestens ein halbes Jahr lang). Damit relativieren sich auch die hohen Anschaffungskosten, speziell, wenn man das Wegfallen von kostenintensiven geschultem Personal berücksichtigt.

## ZUSAMMENFASSUNG

- Velcroband-Kompressionsmittel sind eine klare Bereicherung unserer Behandlungsmöglichkeiten des Extremitäten-Lymphödems, sowohl in der anfänglichen Entstauungsphase als auch für die Erhaltungstherapie. Sie sind die einzige Möglichkeit, unnachgiebiges Kurzzug-Material für eine wirksame und psychologisch wichtige Selbstbehandlung zu verwenden.
- In Kombination mit Bewegungsübungen wird ein Massageeffekt erreicht.
- Wer im Stande ist, seine Schuhe selbst zu schnüren, kann auch Velcroband-Produkte selbst anlegen.

Damstra RJ, Partsch H. Prospective, randomized, controlled trial comparing the effectiveness of adjustable compression Velcro wraps versus inelastic multicomponent compression bandages in the initial treatment of leg lymphedema. *J Vasc Surg Venous Lymphat Disord.* 2013 Jan;1(1):13-9

Prof Dr Hugo Partsch  
Hugo.Partsch@meduniwien.ac.at

# BETROFFENE BERICHTEN. DIESMAL: KARIN

Lymphödem-PatientInnen haben viele unterschiedliche Geschichten. Sie zeigen auch, dass wir nicht alleine sind mit unseren Fragen, Zweifeln und Problemen. Wir freuen uns, dass wir Ihnen heute ein Interview mit Patientin Karin\* präsentieren dürfen.

*LJ: Wie haben sich erste Symptome Ihres Lymphödems bemerkbar gemacht?*

Karin: Als Brillenträgerin habe ich bemerkt, dass ein Brillenbügel plötzlich an der Haut auflag und eine juckende Rötung verursachte. Außerdem hatte ich Probleme und Schmerzen beim Kauen, speziell bei härteren Lebensmitteln, wie z. B. Brot, und konnte den Mund gar nicht mehr richtig aufmachen.

*LJ: Wo haben Sie Hilfe gefunden?*

Karin: Es begann eine kleine Ärzte-Odyssee: vom Zahnarzt zur Zahnklinik und weiter zum Hautarzt. In weiterer Folge kamen auch noch ein Internist und ein Lungenfacharzt dazu, ein Hormonstatus wurde erstellt, die Schilddrüse überprüft. Nach mehreren Monaten landete ich dann bei einem jungen Hautarzt an der Hautklinik. Er sprach als erster die Vermutung aus, dass es sich um vielleicht um Lymphprobleme handeln könnte. Das war zumindest der erste Schritt in die richtige Richtung.

*LJ: Wie ging es dann weiter zur richtigen Diagnose?*

Karin: Zur weiteren Abklärung brachte ich eine Lymphszintigraphie hinter mich und ging für weitere Tests drei Tage in die Lymph-Klinik nach Wolfsberg. Die Diagnose lautete Kopf- und Halslymphödem. Nach der langen Ärzte-Odyssee war ich zu diesem Zeitpunkt einfach erleichtert, endlich zu wissen, was los ist. Ich bin selber im Gesundheitsbereich tätig, daher hatte ich eine

ungefähre Vorstellung, wie die Therapie aussehen würde.

*LJ: Und wie hat die Therapie ausgesehen?*

Vorerst habe ich Lymphdrainagen in Anspruch genommen, die die Situation schon etwas erleichtert haben. Nach ca. einem halben Jahr trat ich dann meinen ersten Reha-Aufenthalt an. Im Bereich der Wangen und Schläfen hatten sich zu diesem Zeitpunkt bereits Fibrosen gebildet. Abgesehen von den Lymphdrainagen erhielt ich in der Reha auch einen Gesichtstrumpf, die für die entsprechende Kompression an den betroffenen Stellen sorgte. Auf die Straße würde ich damit allerdings nicht gehen (lacht).

*LJ: Seit dieser ersten Reha sind fünf Jahre vergangen – was hat sich im Alltag dadurch für Sie verändert?*

Karin: Ich gehe regelmäßig zur Lymphdrainage und bin nun zum dritten Mal auf Reha. Insgesamt komme ich mit der Krankheit gut zurecht.

*LJ: Vielen Dank für das Interview und alles Gute!*

PS: Liebe Leserinnen und Leser, wir würden uns freuen, wenn auch Sie uns Ihre Geschichte für eine der nächsten Ausgaben des Lymphjournals aufschreiben oder erzählen möchten – bitte wenden Sie sich an [info@lymphoedem.at](mailto:info@lymphoedem.at).

\*Name der Redaktion bekannt



Autorin: Heidelinde Hirtenlehner, Landesstelle Oberösterreich Bild: ÖLL

## DINGE, DIE UNSER LEBEN LEICHTER MACHEN KÖNNEN:

zum Beispiel Anita care LymphOFit: Lymphentlastungs-Material mit spezieller Noppenform.

[www.anita.com](http://www.anita.com)

Foto: Anita



## JAHRESTAGUNG DER LYMPH-LIGA

am 4. November 2017

im WIFI Dornbirn, Vorarlberg.

Infos demnächst auf

[www.lymphoedem.at](http://www.lymphoedem.at)



### IMPRESSUM und Offenlegung: Medieninhaber:

Österreichische LYMPH-LIGA, 2560 Berndorf, Postfach 41, Tel.: 0 26 72/844 73, Fax: 0 26 72/889 96, [www.lymphoedem.at](http://www.lymphoedem.at), [info@lymphoedem.at](mailto:info@lymphoedem.at), Layout: sublab.at, Konzept & Text: [www.mandlkommunikation.at](http://www.mandlkommunikation.at), Coverfoto: Medi, Druck: druck.at, Richtung der Zeitung: Informationen für Lymphödem-PatientInnen u. Mitglieder der Österreichischen LYMPH-LIGA.

Stationäre Lymphödemtherapie ...

# FREIRAUM für Ihre GESUNDHEIT

**Wir sind spezialisiert auf die stationäre Behandlung von Lymphödemem 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
- ◆ Niederösterreichische Gebietskrankenkasse
- ◆ Burgenländische Gebietskrankenkasse
- ◆ Oberösterreichische Gebietskrankenkasse
- ◆ Vorarlberger Gebietskrankenkasse
- ◆ Tiroler Gebietskrankenkasse
- ◆ Betriebskrankenkasse Austria Tabak
- ◆ Betriebskrankenkasse Mondini
- ◆ Betriebskrankenkasse voestalpine Bahnsysteme
- ◆ Betriebskrankenkasse Kapfenberg
- ◆ Versicherungsanstalt für Eisenbahnen und Bergbau
- ◆ Versicherungsanstalt öffentl. Bediensteter BVA
- ◆ Sozialversicherungsanstalt d. gewerbl. Wirtschaft alle Bundesländer
- ◆ Pensionsversicherungsanstalt alle Bundesländer
- ◆ Kranken- und Unfallfürsorge der Tiroler Gemeindebeamten, Landeslehrer, Landesangestellten
- ◆ KFA – Kranken- und Unfallfürsorge
- ◆ LKUF OÖ Landeslehrer

## Die Vertragsleistungen sind:

- ◆ Unterbringung im Einzelzimmer
- ◆ 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

Dr. VODDER AKADEMIE



THERAPIE  
AUSBILDUNG



Internationales Kompetenzzentrum für Lymphologie  
Rehabilitationsklinik – Schule – Fachgesellschaft  
Behandlung – Ausbildung – Forschung



Bitte informieren Sie sich über die Aufnahmemodalitäten

bei Frau Unterreiner, **Telefon 05374-5245-548**

oder schriftlich: Wittlinger Therapiezentrum, Alleestraße 30, A-6344 Walchsee

**office@wittlinger-therapiezentrum.com**, [www.wittlinger-therapiezentrum.com](http://www.wittlinger-therapiezentrum.com)