

DER TÄGLICHE -RATGEBER **heute: Gesundheit**

Lipödem: Das Leid der jungen Frauen

Warum leiden auffallend oft junge Frauen unter einem Lipödem? Welche Rolle spielt das Alter bei der Entstehung eines Lipödems? Kann auch übermäßiges Essen diese Fettverteilungsstörung auslösen? Und was sind die häufigsten Ursachen? Diese Fragen erklärt Dr. Katrin Lossagk, Fachärztin für Plastische und ästhetische Chirurgie in der Münchner Klinik mednord.



Während Männer praktisch nie von einem Lipödem betroffen sind, leiden viele Frauen erheblich darunter. Zu ihnen gehört auch Maria Posinger (36; Foto), die arbeitsunfähig wurde und stärkste Medikamente nehmen musste, als ihre Krankenkasse die wichtige Operation – eine Liposuktion – nicht zahlen wollte. In den meisten Fällen treten diese Fettverteilungsstörungen nach hormonellen Veränderungen wie etwa in der Pubertät oder während der Schwangerschaft auf. Dr. Katrin Lossagk spezialisierte sich

bereits 2014 auf die Behandlung von Lipödem. Als Prüfarztin für klinische Studien forscht sie zudem nach den Ursachen dieser Erkrankung und der Aufschlüsselung der Hormonsituation bei den Patientinnen. Neben den körpereigenen Wirkstoffen hat auch die Genetik erheblichen Einfluss auf die Entstehung – doch die genauen Ursachen sind bis heute nicht geklärt.

Nachweislich falsch ist die oft geäußerte Vermutung, Lipödem seien das Resultat eines allzu gesegneten Appetits: Fest

steht, dass kein Eigenverschulden durch mangelnde Bewegung oder schlechte Ernährung ursächlich für diese Fettverteilungsstörung ist. Diese Faktoren können aber zur weiteren Verschlechterung der Erkrankung beitragen. Heilbar ist ein Lipödem nach dem heutigen medizinischen Kenntnisstand nicht. Ziel der konservativen Therapie ist es, den Lymphfluss zu verbessern und die Beschwerden zu lindern. Im Mittelpunkt stehen zwei Methoden: Die Kompression verhindert das Einlagern von Was-

ser im Gewebe und unterstützt die Lymphbahnen und Venen beim Abtransport der Lympheflüssigkeit. Die begleitenden Lymphmassagen regen den Lymphfluss an und fördern die Entstauung des Gewebes. Zudem werden durch die sanften, rhythmischen Bewegungen Schwellungen und Ödeme reduziert. Das Schweregefühl und die Schmerzen in den betroffenen Körperregionen nehmen ab. Ist die Fettverteilungsstörung allerdings weit fortgeschritten und das Unterhautgewebe stark verhärtet, bleibt am Ende nur noch die Absaugung der Fettzellen im Bereich der betroffenen Körperareale. Schwimmen bzw. Aquajogging und Aquagymnastik sowie eine kohlenhydratarme Ernährung können Lipödeme zwar nicht beseitigen, aber sehr hilfreich sein. Entzündliche Prozesse im Körper lassen sich mit dieser Ernährungsform reduzieren. Das sollte man zuvor mit seinem Arzt abklären.

DOP./FOTOS: MEDNORD; IMAGO



Dr. Katrin Lossagk
Ärztin, Leiterin bei Lipocura
Klinik mednord München