



ÄSTHETIK IN MÜNCHEN

Dr. Dominik von Lukowicz

Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie



Information zur Behandlung  
des Lipödems

## Problem Lipödem

Das Lipödem ist eine verbreitete Krankheit. Viele Frauen leiden daran, sind aber Vorurteilen ausgesetzt oder wissen nichts Genaues über das Krankheitsbild und die Therapiemöglichkeiten. Die Aufklärung ist auch auf ärztlicher Seite häufig ungenügend.

Wir möchten Ihnen hier ein paar grundlegende Informationen mitteilen und Sie zu einer persönlichen Beratung einladen. Jede Patientin wird bei uns individuell betreut und beraten. Wir passen die Therapie der Patientin an und nicht umgekehrt.



Stadium 1

Stadium 2

Stadium 3



## Was ist ein Lipödem?

Das Lipödem ist eine Fetteinlagerungsstörung. Fettgewebe reichert sich an und wird – unabhängig von Ernährung und Bewegung – an bestimmten Stellen übermäßig gespeichert. Häufig werden die betroffenen Frauen mit ihrem Leiden nicht ernst genommen und die typischen Erkrankungszeichen werden falsch interpretiert. Wenn ein Lipödem vorliegt, so kann trotz richtiger Ernährung und genügend Bewegung eine unkontrollierbare Zunahme der Fettpolster stattfinden.

### Typische Zeichen eines Lipödems:

- symmetrische Schwellung von Armen und/oder Beinen
- Hände und Füße sind nicht geschwollen
- starke Neigung zu blauen Flecken an Armen und Beinen
- Arme und Beine schmerzen bereits bei leichtem Druck
- vermehrte Bildung von Fett an Knieinnenseiten, Hüften und Oberschenkelaußenseiten

Schon das Vorliegen von ein bis zwei dieser Merkmale sollte Sie veranlassen, einen spezialisierten Arzt aufzusuchen.

**Erkrankungsbeginn und Verlauf:** Typischerweise beginnt die Erkrankung mit einer Hormonumstellung. Das ist entweder die Pubertät, eine Schwangerschaft oder die Menopause. Je nach Ausprägung unterscheidet man unterschiedliche Typformen und Schweregrade. Das Lipödem betrifft nahezu ausschließlich Frauen, da es durch weibliche Geschlechtshormone entsteht. Das Lipödem ist als chronische und fortschreitende Erkrankung definiert. Der persönliche Krankheitsverlauf ist aber schlecht vorhersehbar und nicht bei allen Patientinnen schreitet die Erkrankung bis in das Endstadium vor.

**Zunehmende Beschwerden:** Durch die Spannung im Gewebe ist das Lipödem oft sehr schmerzhaft. Diese Spannung nimmt im Laufe des Tages durch vermehrte Flüssigkeitsansammlung in den unteren Extremitäten zu. Je nach Ausprägung ist eine sportliche Aktivität erschwert oder sogar unmöglich. Die betroffenen Areale sind bei fortgeschrittener Erkrankung sehr druckempfindlich und schon bei kleinster Berührung oder auch spontan können Blutergüsse entstehen. Häufig sind die Verformungen auch für ausgeprägte Hemmungen verantwortlich. Die betroffenen Patientinnen können keine Stiefel mehr tragen, die Hosen spannen an Ober- und Unterschenkel, armfreie Kleidung wird vermieden. Die Kleidergröße der Beine passt nicht zu der des Oberkörpers. Es liegt eine ausgeprägte Disproportion vor.

**Auf kleinster Ebene:** Sieht man sich die Strukturen im Detail an, so stellt man fest, dass es sich um eine Abflussstörung im Bereich der Lymphkapillaren handelt. Daraus entsteht eine erhöhte Konzentration von Proteinen rund um die Fettzellen. Diese nehmen diese Stoffe auf und schwellen immer weiter an. Hier ist der Regelkreis von der normalen Ernährung weitgehend abgekoppelt. Nimmt die Patientin Gewicht ab, so bleiben die betroffenen Areale wie z.B. die Beine davon unbeeindruckt. Später entsteht eine Schädigung der kleinsten Blutgefäße. Spontane Blutergüsse nehmen zu, ebenso der Gewebedruck und damit die Schmerzen.

**Ein Teufelskreis:** Im weiteren Verlauf drücken die Fettzellen sogar die Blutversorgung ab. Es entsteht eine Verhärtung des Gewebes. Im Endstadium kann es zu grotesken Formen kommen mit dicken Gewebelappen und Gelenkfehlstellungen. Die erkrankten Venen und Lymphgefäße können offene Beine und weitere teils dramatische Nebeneffekte verursachen. In diesem Stadium ist eine wirkliche Verbesserung des Abstroms kaum noch möglich.

# Die nicht-operativen Therapiemöglichkeiten

Als nicht operative, so genannte konservative Behandlungen werden folgende Therapien angeboten:

**Manuelle Therapie:** Der Lymphfluss wird durch sanfte Massage angeregt. Die angestauten Proteine und Fettsäuren werden mobilisiert. Der Effekt ist leider meist nicht dauerhaft.

**Kompressionstherapie:** Durch eine konsequente Kompressionstherapie lassen sich die Schwellungen, die durch langes Stehen entstehen, etwas einschränken. Leider stellt sich immer wieder heraus, dass die betroffenen Frauen gar keine enge Kompressionshosen tragen können ohne Schmerzen zu haben.

**Entstauungstherapie:** Durch feste Wickelung der Extremitäten und Lymphmassage wird das Wasser aus den Beinen gepresst. Dies kann zu vorübergehender Erleichterung führen. Anhaltende Besserung bleibt aber aus, da das Grundproblem nicht behandelt wird.

**Bewegungstherapie:** Die Schwellungen der Beine nehmen durch Sport zu. Bei sportlicher Betätigung sollte auch immer Kompressionskleidung getragen werden, um negative Effekte zu vermeiden.

Es werden noch eine Reihe weiterer konservative Therapien angeboten, die aber keinen dauerhaften Erfolg versprechen.

**Venen:** In einigen Fällen können die Venen mitbetroffen sein. Je nach Beschwerdesymptomatik sollte eine Abklärung durch einen Venenspezialisten an den unteren Extremitäten erfolgen.

Diese Therapieversuche sind nicht sinnvoll:

**Entwässerung:** Durch entwässernde Medikamente werden den Blutgefäßen noch mehr Wasser gezogen. Das störende Wasser ist aber im Zellzwischenraum eingelagert. Schwerwiegende Nebenwirkungen, wie Elektrolytentgleisung und Thrombose, können die Folge sein.

**Diäten:** Eine Gewichtsabnahme hat nahezu keinen Effekt auf das erkrankte Fettgewebe. Das betroffene Areal gibt die Energiespeicher nicht frei. Das Fett bleibt hier hängen, während der Rest des Körpers immer weniger wird. Gewichtszunahme hingegen hat einen nachweislich schlechten Einfluss auf das Lipödem.

**Gemeinsamer Nachteil aller konservativen Therapien:** Wie in den Leitlinien der Gesellschaft für Phlebologie (Fachgebiet der Gefäßerkrankungen) festgehalten ist, kommt es durch die konservative Therapie nicht zum Fettabbau sondern lediglich zu einer Entstauung. Damit kann die Erkrankung zwar unter Umständen daran gehindert werden weiter fortzuschreiten, eine dauerhafte Besserung tritt aber nicht ein. Die Fettreduktion kann nur durch eine Fettabsaugung sicher gewährleistet werden.

**Vorurteile gegenüber der operativen Therapie:** Häufig wird noch die Meinung vertreten, dass bei einem Lipödem keine Fettabsaugung durchgeführt werden soll. Wissenschaftliche Studien widerlegen dies eindeutig und haben den positiven und nachhaltigen Effekt der neuen Therapiemethoden eindeutig bestätigt.

**Der positive Effekt der Liposuktion ist nachgewiesen:** Die Fettabsaugung bei Lipödem nach dem neuesten medizinischen Standard hat keine nachteiligen gesundheitlichen Folgen. Es kam in den Untersuchungen nicht mehr zu dem gefürchteten Lymphödem. Häufig kann nach erfolgreicher Behandlung auf eine langfristige Kompressionstherapie verzichtet werden.

Während traditionelle Behandlungsmethoden meist ein Leben lang durchgeführt werden müssen, um die Beschwerden zu lindern, bietet eine je nach Volumen ein- oder zweimalige Fettabsaugung eine schnelle und dauerhafte Lösung.

# Die operative Therapie

## Empfohlene Behandlung der Gesellschaft für Phlebologie

**Ziele der Fettabsaugung:** Durch die schonende Feinnadelabsaugung wird das Fettgewebe stark reduziert. Je nach Fettverteilung können in Vollnarkose bis zu neun Liter Fett abgesaugt werden. Dadurch kann im Bindegewebe nicht mehr so viel Wasser gespeichert werden und der Gewebedruck nimmt insgesamt stark ab. Die Lymphflüssigkeit kann besser abtransportiert werden und die Empfindlichkeit der Blutgefäße nimmt ab. Nach Abklingen der Operationsschmerzen ist bereits ein deutlicher Beschwerderückgang festzustellen. Die Form der Beine lässt sich durch vorsichtige und gleichmäßige Absaugung stark verbessern. Gerade im Bereich der Unterschenkel hat dies zur Folge, dass längst vergessene Stiefel und Hosengrößen wieder getragen werden können.

**Auswirkung auf das Hauterscheinungsbild:** Die erkrankten Fettzellen werden zerstört und entfernt. Dadurch glättet sich die Haut in aller Regel sichtbar. Mit dem speziellen Verfahren der Tumescenztechnik werden die Lymphgefäße weitgehend geschont. Die Haut zieht sich deutlich besser zurück als das oft erwartet wird.

**Technik der Fettabsaugung:** Die Liposuktion wird bei uns immer in Tumescenztechnik durchgeführt. Dabei wird zunächst ein Flüssigkeitsgemisch in das Fettgewebe eingespritzt, das das Fett löst und eine gewebeschonende Absaugung ermöglicht. Dies kann entweder in örtlicher Betäubung in der so genannten Tumescenzanästhesie erfolgen (das Flüssigkeitsgemisch enthält ein Betäubungsmittel zur Schmerzlinderung) oder bei größeren Reduktions-

mengen in Vollnarkose. Der Absaugevorgang erfolgt dann mit feinen Nadeln und stumpfen Kanülen, um umliegende Blutgefäße und Nerven nicht zu verletzen. Die Verwendung einer stumpfen Vibrationskanüle garantiert die bestmögliche Schonung der Lymphgefäße. Diese Technik führt der Operateur in feinen, ruhigen Bewegungen durch und erzielt damit ein gleichmäßiges Ergebnis.

**Optimale Begleitumstände:** Bei einem Lipödem müssen meist große Mengen Fett entfernt werden. Daher bietet sich die Vollnarkose an. Man kann dabei sehr viel mehr Fett entfernen als in örtlicher Betäubung. Um eine optimale Nachsorge zu gewährleisten, erfolgt die Behandlung stationär mit einer Übernachtung. Schon am ersten Tag nach der Operation wird unseren Patienten eine sanfte und vorsichtige Lymphdrainage angeboten. Wichtig ist für die Wochen nach der Operation eine gute Kompressionstherapie, um Ödeme zu vermeiden. Eine wiederholte Kontrolle des Befundes erfolgt durch uns und in Absprache mit den Lymphtherapeuten. Eine Vollnarkose und die richtige Nachsorge führen zum bestmöglichen Ergebnis.





## Zu erwartende Ergebnisse

- Das abgesaugte Fett bewirkt eine sofortige Volumenreduktion. Die gesamte Beweglichkeit wird nachhaltig verbessert. Bewegungsübungen und Sport werden wieder möglich. Die Bewegung macht wieder mehr Freude und es kommt zu einer weiteren Gewichtsreduktion bei stark verbessertem Lebensgefühl.
- Die Form der Beine bzw. der Arme bessert sich in aller Regel deutlich. Hierdurch steigt die Lebensqualität in vielen Bereichen.
- Beeindruckend ist oft auch die Glättung der Haut. Selbst bei ausgeprägtem „Matratzenphänomen“ kann sich die Haut wieder glätten. Dellen werden weniger oder verschwinden in vielen Fällen sogar ganz.
- Nach konsequenter und gründlicher Absaugung ist die Rezidivgefahr relativ gering. Meist kann nach Abschluss der postoperativen Phase auf die Kompressionstherapie verzichtet werden.
- Schuhe und Stiefel passen wieder, wenn die Unterschenkel sorgsam aber gründlich abgesaugt wurden.
- Hosen spannen nicht mehr, Röcke werden bei stark verbesserter Beinform wieder lieber getragen.

# Ablauf der Behandlung

**Vorbereitung:** Nach erfolgter Diagnose wird der individuelle Therapieplan erstellt und besprochen. Ein komplettes Ausreizen der konservativen Therapie macht meist keinen Sinn, da dadurch das Problem des überschüssigen Fettgewebes nicht verbessert wird. Als Operationsvorbereitung ist eine vorherige Entstauung aber oft sinnvoll.

Im Rahmen der Operationsvorbereitung wird ein Narkosegespräch mit dem Anästhesisten stattfinden. Typische Vorbereitungen wie Blutentnahme und EKG werden vorab durch Ihren Hausarzt durchgeführt. Wie bei jedem operativen Eingriff darf vor der Operation keine blutverdünnende Medikation eingenommen werden.

**Operation:** Der Eingriff erfolgt normalerweise in Vollnarkose, da dadurch eine deutlich größere Menge des störenden Fettgewebes abgesaugt werden kann. Die größere Menge an Tumescenzlösung läuft noch Stunden nach der Operation aus dem Gewebe.

Aus Gründen des Komforts und auch zur perfekten Schmerzbehandlung empfehlen wir einen stationären Aufenthalt von einer Nacht.

**Nachbehandlung:** Die Nachbehandlung schließt sich direkt an die Operation an. Zunächst wird die Kompressionshose angelegt, am Tag nach der Operation erfolgt schon die erste Lymphdrainage. Dies sollte dann über mehrere Wochen fortgeführt werden. Eine vorsichtige Bewegungstherapie kann kurze Zeit nach dem Eingriff erfolgen. Hier ist es wichtig sich nicht zu überfordern und die Belastung langsam zu steigern. Walking und Schwimmen sind optimale Bewegungsabläufe.

In der überwiegenden Zahl der Behandlungsfälle zeigt sich ein sehr positives und zufriedenstellendes Ergebnis, das der Patientin viel Lebensqualität zurückgibt.

Wir führen Sie von Anfang an durch die Therapie und sind immer für alle Fragen ansprechbar, auch nach dem erfolgten Eingriff.



*v. Lukowicz*



ÄSTHETIK IN MÜNCHEN

Dr. Dominik von Lukowicz

Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie

Pfisterstraße 9  
80331 München | Deutschland  
Tel. 0 89 – 96 29 19 21  
info@aesthetik-in-muenchen.de  
www.aesthetik-in-muenchen.de