

# Schmerzen beim Lipödem

Gabriele Erbacher, Psychologische Psychotherapeutin, Földiklinik Hinterzarten

Leider können wir den Vortrag an dieser Stelle nicht zum Lesen bereitstellen, da sich einiges davon noch in der Veröffentlichung befindet.

## Take Home Messages

1. Nicht jedes dicke Bein ist ein Lipödem!
2. Als wesentliche Grundlagen des Lipödem-Schmerzes spielt neben den Prozessen einer Low Grade Inflammation - für die es beim Lipödem immer mehr wissenschaftliche Nachweise gibt - die psychische Situation der Lipödem-Patientinnen eine wichtige Rolle. Die psychische Situation trägt ganz wesentlich zu den hohen Schmerzwerten beim Lipödem bei. Bei der Behandlung des Lipödems brauchen wir daher einen interdisziplinären Ansatz.
3. Fokussieren Sie Behandler - als Arzt, als Physiotherapeut oder Lymphtherapeut, .... - in der Therapie mehr auf Bewegung unter Kompression und fokussieren Sie mehr auf die Verbesserung der Stressregulation und die Stärkung des Selbstwertgefühls ihrer Lipödem-Patientinnen.

## Literatur:

Wer von uns gerne mehr zum Thema lesen möchte, kann die Artikelreihe Lipödem Mythen und Fakten, erschienen in der Zeitschrift Phlebologie, kostenfrei herunterladen unter folgenden Links:

**Bertsch T, Erbacher G. Lipödem – Mythen und Fakten Teil 1.**  
Phlebologie 2018; 47: 84–92. <https://www.thieme-connect.de/products/ejournals/pdf/10.12687/phleb2411-2-2018.pdf?articleLanguage=de>

English Version: Lipoedema - Myths and Facts Part 1:

<https://www.thieme-connect.de/products/ejournals/pdf/10.12687/phleb2411-2-2018.pdf?articleLanguage=en>

**Bertsch T, Erbacher G. Lipödem – Mythen und Fakten Teil 2.**

Phlebologie 2018; 47: 120-126. <https://www.thieme-connect.de/products/ejournals/pdf/10.12687/phleb2418-3-2018.pdf?articleLanguage=de>

English Version: Lipoedema - Myths and Facts Part 2:

<https://www.thieme-connect.de/products/ejournals/pdf/10.12687/phleb2418-3-2018.pdf?articleLanguage=en>

**Bertsch T, Erbacher G. Lipödem – Mythen und Fakten Teil 3.**

Phlebologie 2018; 47: 188-197. <https://www.thieme-connect.de/products/ejournals/pdf/10.12687/phleb2421-4-2018.pdf?articleLanguage=de>

English Version: Lipoedema – Myths and Facts Part 3:

<https://www.thieme-connect.de/products/ejournals/pdf/10.12687/phleb2421-4-2018.pdf?articleLanguage=en>

**Bertsch T, Erbacher G, Torio-Padron N. Lipödem – Mythen und**

**Fakten Teil 4.** Phlebologie 2019; 48: 1-10. <https://www.thieme-connect.de/products/ejournals/pdf/10.1055/a-0805-5497.pdf?articleLanguage=de>

English Version: Lipoedema – Myths and Facts Part 4:

<https://www.thieme-connect.de/products/ejournals/pdf/10.1055/a-0805-5497.pdf?articleLanguage=en>

Basis von Teil 5 der Artikelserie ist der Consensus des European Lipedema Forums, an dem im März 2019 in Hamburg 23 Experten aus 7 europäischen Nationen mitarbeiten. Gemeinsam wurden die Kriterien für die Diagnostik des Lipödems sowie die Darstellung eines auf dem bio-psycho-sozialen Modell und der ICF basierenden therapeutischen Ansatz für die Behandlung des Lipödems definiert.

Artikel 5 hat das Review-Verfahren erfolgreich durchlaufen und wird voraussichtlich im Februar 2020 - ebenfalls in der Zeitschrift Phlebologie - veröffentlicht werden.