

Aus der Reihe  
Leben mit ...



In dieser Reihe von MEDIZIN populär beschreiben Betroffene, wie eine Krankheit ihr Leben verändert hat und wie sie mit ihrem Schicksal fertig werden bzw. fertig geworden sind.

# „Ich habe mich für meine Figur geschämt“

INTERVIEW

Es begann in der Pubertät: Petra Felbermair, damals ein schlankes Mädchen, merkte, dass ihre Beine auf einmal immer stämmiger wurden. Weder Diäten noch Sport halfen dagegen. Zunächst schämte sie sich dafür, oben schmal, unten breit zu sein. Irgendwann fand sie sich damit ab – bis Schmerzen hinzukamen. Im Gespräch mit MEDIZIN populär erzählt die heute 50-Jährige aus Steyr (OÖ) von ihrem langen Leidensweg bis zur Diagnose Lipödem – und der entsprechenden Behandlung.



VON MAG. SABINE STEHRER

**MEDIZIN populär**  
*Frau Felbermair, wann haben Sie die Diagnose Lipödem erhalten?*

**Petra Felbermair**  
Das war erst vor einem Jahr, also nach mehr als dreißig Jahren mit der Krankheit.

**Warum hat das so lange gedauert?**  
In der Pubertät, als meine Beine auf einmal immer stämmiger geworden sind, obwohl ich sonst schlank war, habe ich nicht daran gedacht, dass dies einen Krankheitswert hat. Weil meine Mutter auch eher dickere Beine hat, war ich der Meinung, das ist Veranlagung. Aber ich habe sehr gelitten, mich für meine Figur geschämt. Ich konnte nie kurze Röcke oder Stiefel tragen und habe alles probiert, damit meine Beine wieder dünner werden: Diäten, Laufen, Radfahren, Schwimmen, Gymnastik. Nichts hat geholfen. Irgendwann habe ich mich dann mit den dicken Beinen abgefunden, obwohl sie nicht nur optisch ein Problem für mich waren. Meine Beine waren auch oft angeschwollen und haben sich

bleischwer angefühlt, besonders nach längerem Stehen, und ich hatte lang einen stehenden Beruf. Ich habe auch immer sehr leicht blaue Flecken bekommen, die geschmerzt haben. Nach der Schwangerschaft hatte ich außerdem starke Druckschmerzen. Wenn mein Sohn auf meinen Beinen herumgekrabbelte, hat das höllisch wehgetan.

**Deswegen sind Sie dann zum Arzt gegangen?**  
Im Lauf der Jahre war ich bei einigen Ärzten und wurde öfter untersucht, doch es wurden immer andere Ursachen für die Beschwerden festgestellt. Vor zwei Jahren hat zeitgleich mit den ersten Anzeichen für den Wechsel der Umfang meiner Oberschenkel, und auch der Oberarme noch einmal massiv zugenommen. Zu den Druckschmerzen ist ein ständiges Spannungsgefühl in den Beinen, ein schmerzhaftes Ziehen, hinzugekommen und die Haut wurde uneben, hat sich gewellt. Da habe ich geglaubt, das kommt von den Venen und bin wieder zum Arzt. Letztendlich wurde in der Lymphklinik am Landeskranken-

haus Wolfsberg in Kärnten festgestellt, dass ich an Lipödem leide.

**Welche Behandlung wurde Ihnen vorgeschlagen?**  
Abgesehen vom Tragen von Kompressionsstrümpfen noch die Einnahme von Tabletten gegen das Schweregefühl und die Venenschwäche. Zusätzlich wurden mir Lymphdrainagen empfohlen, so ein- bis zweimal pro Woche.

**Hilft das?**  
Vor allem nach den Lymphdrainagen fühle ich mich schon für kurze Zeit ein bisschen besser, aber sonst...ich weiß nicht...Nur dient die Behandlung in erster Linie dazu, die Krankheit im Zaum zu halten.

**Neben dieser Therapie gibt es auch eine Operation...**  
...ja, eine spezielle Fettsaugung. So eine Fettsaugung machen zu lassen, habe ich nun schon öfter überlegt. Vorerst ist aber eine Reha zur Entstauung geplant.

**Sie haben mittlerweile eine Selbsthilfegruppe gegründet – mit welchem Ziel?**  
Um anderen Mädchen und Frauen lange und leidvolle Wege bis zur Diagnose zu ersparen, möchte ich über die Selbsthilfegruppe an der Aufklärungsarbeit über die Krankheit mitwirken.

**Was sollen Mädchen und Frauen tun, die meinen, betroffen zu sein?**  
Unbedingt einen Arzt, aber einen spezialisierten, aufsuchen – sich behandeln lassen, und wenn nötig auch psychotherapeutische Hilfe in Anspruch nehmen.

## Lipödem: Die verkannte Frauenkrankheit

Schlanker Oberkörper, schmale Taille, dicke Beine: Etwa jede 20. Frau mit so einer Figur leidet an einer angeborenen Fettverteilungsstörung, der Krankheit der dicken Beine, Lipödem genannt, der mit Diäten und Sport nicht beizukommen ist. Woran das liegt und was gegen die verkannte Frauenkrankheit hilft.

Bei den meisten beginnt es in der Pubertät, bei anderen in der Schwangerschaft, bei wieder anderen in den Wechseljahren: Der Körper von der Hüfte abwärts wird auf einmal dick. Fettgewebe sammelt sich an den Oberschenkeln. Sogenannte Reiterhosen können entstehen, die Unterschenkel werden stämmig. Und bei manchen setzt sich der Prozess der Fettentwicklung obendrein noch an den Armen fort. Schätzungsweise jede 20. Frau mit so einer Figur leidet an einer Fettverteilungsstörung, der Krankheit der dicken Beine, die Mediziner Lipödem nennen. „Der Leidensdruck der Betroffenen ist groß“, wissen Dr. Matthias Sandhofer, ästhetischer Der-



Dr. Matthias Sandhofer

matologe in Linz und Prim. Christian Ure, Vorstand der Lymphklinik am LKH Wolfsberg, die sich auf die Behandlung von Lipödem spezialisiert haben. „Manchmal sogar so groß, dass sie sich zurückziehen, psychische Störungen entwickeln, depressiv werden.“ Dafür gibt es neben der Unzufriedenheit mit der Entwicklung der eigenen Figur und der Scham für das Aussehen noch einen weiteren Grund: Die Tatsache, dass die Krankheit, von der fast ausschließlich Frauen betroffen sind, so verkannt ist. „Lipödem-Patientinnen wird vielfach unterstellt, dass sie undiszipliniert sind, zu viel essen und sich nicht bewegen, oft werden sie gemobbt“, erklärt Sandhofer und ergänzt: „Dabei



Foto: © medi GmbH &amp; Co. KG / www.medi.de, thinkstock / Wavebreakmedia

betreiben die meisten sogar viel Sport und schränken sich beim Essen ein, um die Fettsammlungen wieder loszuwerden.“

#### LYMPHDRAINAGEN, STRÜMPFE UND OP HELFEN

Doch mit Diäten und Sport ist dem Lipödem nicht beizukommen. Was kann man gegen die Krankheit tun? Ure: „Zunächst empfiehlt sich eine Therapie zur Entstauung.“ Dafür eignen sich manuelle Lymphdrainagen und das Tragen von Kompressionsstrümpfen. So kann vielfach das Fortschreiten der Krankheit verhindert werden, manchmal lässt sich sogar der Umfang der Extremitäten etwas mindern. Nützt die Kombination aus Strümpfen und Lymphdrainagen auch nach ein, zwei Jahren nichts, raten die Mediziner Betroffenen zu einer speziellen Operation. „Mit einer lymphschonenden Fettabsaugung ist den Frauen rasch geholfen“, weiß Sandhofer. Der Eingriff wird ambulant



Prim. Christian Ure

unter Dämmer Schlaf durchgeführt und ist schmerzfrei – die Kosten müssen allerdings meist selbst getragen werden. Doch nach der OP bilden sich keine neuen Fettzellen mehr. Und dann hat der Leidensweg der Lipödem-Patientinnen ein Ende – zumindest wenn noch keine Begleiterkrankungen aufgetreten sind. Häufig entwickeln sich bei Lipödem zusätzlich noch Krampfadern. Oft erkranken Lipödem-Patientinnen auch an Hashimoto-Thyreopathie, einer Entzündung der Schilddrüse, die zur Schilddrüsenunterfunktion führt. Diese bringt wiederum mit sich, dass der Grundumsatz bzw. Bedarf an Kilokalorien zurückgeht und die Frauen selbst dann, wenn sie weniger essen, zunehmen. Mit den Jahren entwickeln sich aufgrund der Fettsammlungen oft auch noch orthopädische Probleme, Fußfehlstellungen, Knieschäden. Im Alter sind viele Lipödem-Patientinnen gehbehindert, werden frühzeitig pflegebedürftig.

#### VON DER OMA ODER MUTTER GEERBT

Verursacht wird die Krankheit durch einen autonomen Prozess: Der Körper produziert zu viel Lymphe, und in der Lymphe bilden sich fortlaufend neue Fettzellen. Zum einen wird dies wohl durch Gene in Gang gesetzt: Oft wird das Lipödem von der Oma oder der Mutter geerbt. Zum anderen spielen die weiblichen Sexualhormone Östrogene und Gestagene eine Rolle bei der Entwicklung der Fettsammlungen, weshalb die Fettverteilungsstörung in Zeiten hormoneller Veränderungen, wie eben der Pubertät, der Einnahme der Pille, einer Schwangerschaft oder der Wechseljahre zutage tritt und sich verstärkt. ■

#### WEBTIPP

Selbsthilfegruppe Lipödem

<http://chronischkrank.at/verein/unsere-selbsthilfegruppen/lipoedem/>