



## Lipödem – Reiterhose und Säulenbein

Lipödem ist auch als Reiterhose und Säulenbein bekannt. Dabei vermehren und vergrössern sich Fettzellen unkontrolliert schnell, sodass das Volumen der Beine spür- und sichtbar zunimmt. Das Leiden kann sich auch auf die Arme ausbreiten. In den meisten Fällen ist eine falsche Ernährung nicht ausschlaggebend, Übergewicht ist jedoch nicht förderlich. Kennzeichnend für ein Lipödem sind eine hohe Anfälligkeit für blaue Flecken, starke Druckempfindlichkeit und Spannungsschmerzen. Zudem setzt die nicht bösartige, aber leider auch nicht heilbare Krankheit den überwiegend betroffenen Frauen vor allem psychisch zu.

Da davon auszugehen ist, dass ein Lipödem hormonell hervorgerufen wird, treten die Auswirkungen meist in der Pubertät, nach der Schwangerschaft oder in den Wechseljahren auf. Zudem scheint es vererbbar zu sein. **Die Fettpolster lassen sich weder weghungern noch wegtrainieren.** Bei Gewichtszunahme aber nimmt das Lipödem-Fettgewebe überproportional zu.

Zur Linderung sind Kompressionsstrümpfe oder -strumpfhosen bzw. Lymphdrainagen zu empfehlen, die den Abtransport der überschüssigen Flüssigkeit im Gewebe unterstützen. Eine weitere Voraussetzung ist es, ein normales Gewicht zu halten. Oft ist jedoch eine Fettabsaugung (Liposuktion) nicht zu umgehen, wobei die Frauen auch nach der Operation weiterhin zumindest zeitweise Kompressionsstrümpfe/-strumpfhosen tragen und auf ihr Gewicht achten müssen. Die Kassen übernehmen die Kosten einer Liposuktion eher selten.