

# Beine, dick wie eine Säule

**Lipödem:** Wie eine gestörte Fettverteilung in Armen oder Beinen viele Frauen belastet und welche Behandlung helfen kann

An ihrem 36. Geburtstag trägt Tanja (Name geändert) endlich wieder einen kurzen Rock. Das erste Mal seit sieben Jahren versteckt sie ihre Beine nicht mehr. Eine Zeit voller Selbstzweifel, Unverständnis und Schmerzen liegt hinter ihr.

Denn Tanja litt seit ihrer ersten Schwangerschaft an einem so genannten Lipödem, einer schmerzhaften Störung der Fettverteilung in Armen und Beinen.

Und obwohl nach Schätzungen von Experten bis zu zehn Prozent aller Frauen im Laufe ihres Leben an einem Lipödem erkranken, wissen nur wenige darüber Bescheid. Zwar gibt es vielfältige Behandlungsmethoden, doch der Kampf mit den Krankenkassen zur Kostenübernahme einiger Therapien ist für viele Betroffene langwierig und aufreibend.

»Elefantenbeine« oder »Reiterhosen«, das sind wohl die geläufigsten Bezeichnungen für die Körperpartien von Lipödem-Betroffenen. Tanja sagt selbst über sich, sie habe »Beine wie eine Säule« gehabt, während ihr Oberkörper schlank gewesen sei.

## Nicht mehr belastbar

Anfangen hat alles nach ihrer ersten Schwangerschaft. »Ich habe damals sehr viel zugenommen und danach ist es trotz viel Sport an den Beinen nicht mehr weg gegangen«, erzählt Tanja. Doch nicht nur die Kilos belasten die junge Frau. Ihre Beine werden schon nach kurzen Belastungen schwer wie Blei, jeder Druck ist unangenehm und schmerzhaft.

»Dazu kommen dann natürlich die Selbstzweifel, dass man einfach zu faul ist und sich nicht richtig zum Sport motivieren kann«, schildert Tanja. Auch ihr Umfeld reagiert mit Unverständnis. »Dass aus der sportlichen, lebenslustigen Tanja eine zurückgezogene, mit ihrem Körper unzufriedene Frau geworden ist, können die meisten nicht nachvollziehen.

Besonders heikel wird es für Tanja, als sie die Auswirkungen auch in ihrem Beruf als Polizistin zu spüren bekommt: Bei den Schießübungen kann sie ihre Arme nicht mehr lange ruhig halten, das Trefferbild ist trotz größter Anstrengung deutlich schlechter als vor ihrer Schwangerschaft. Bei den Sporteinheiten läuft sie hinterher, beim Schwimmtraining sucht sie sich meist eine

Ausrede, um nicht teilnehmen zu müssen.

Diesen Leidensweg haben laut Dr. Stefan Rapprich, Oberarzt an der Hautklinik Darmstadt, fast alle Lipödem-Betroffenen hinter sich:

»Meistens bildet sich das Lipödem während einer hormonellen Umstellungsphase, also zum Beispiel in der Schwangerschaft oder schon in der Pubertät«, erklärt er.

Auch wenn das Lipödem noch nicht vollständig erforscht ist, ist zumindest klar, dass es genetisch bedingt und meist unter den Frauen in einer Familie weitervererbt wird, wenn auch nicht immer in der nächsten Generation.

» Aus Unwissenheit wird vielen Frauen Unrecht getan. «

Stefan Rapprich, Oberarzt

Da das Krankheitsbild aber noch weitgehend unbekannt ist, bekommen die betroffenen Frauen meist die gleichen Ratschläge: Mehr Sport zu machen und gesünder zu essen. »Aus Unwissenheit wird vielen Betroffenen Unrecht getan«, weiß Stefan Rapprich. Denn durch die starken Schmerzen, die durch den Druck von Fett und Lympheflüssigkeit auf die Nervenenden in Armen und Beinen verursacht werden, sei meist jede Form von Bewegung eine Qual für die Frauen.

Bei Tanja vergehen mehr als sechs Jahre, bis sie die Diagnose Lipödem bekommt. Und obwohl ihre Probleme endlich einen Namen haben, ist die Leidenszeit für die 36-Jährige noch nicht vorbei. Zwar ist das Lipödem von den Krankenkassen als chronische Erkrankung anerkannt, doch übernommen werden in der Regel nur die Kosten für eine konservative Therapie.

»Das bedeutet für die Patientinnen, dass sie Lymphdrainagen und Kompressionsstrumpfhosen bekommen«, erklärt Rapprich. Dadurch könnten die Symptome zwar teilweise gelindert werden, eine Heilung sei dadurch allerdings nicht möglich. Für die oft noch sehr jungen Frauen bedeuten die Aussichten, ein Leben lang die unbequemen, unästhetischen Strumpfhosen tragen zu müssen, oft zusätzliche Frustration.

Hoffnung verspricht eine Fettabsaugung (Liposuktion) an den betroffenen Körperstellen. Seit 15 Jahren wendet Stefan Rapprich diese Methode bei Lipödem an.



Seit 15 Jahren behandelt Dr. Stefan Rapprich Lipödem-Patientinnen durch Fettabsaugung an den betroffenen Körperstellen. Foto: privat

Rund 200 Frauen behandelt er pro Jahr. »Im Prinzip ist es die gleiche Methode wie bei einer kosmetischen Fettabsaugung«, erklärt er.

Zunächst wird eine Flüssigkeit in die betroffenen Stellen am Körper eingebracht, danach die darin gelösten Fettzellen abgesaugt. Der Vorteil dieser Methode liegt für Rapprich auf der Hand: »Die Erfolge sind von Dauer, man kann den Frauen langfristig helfen.«

## Kampf mit der Kasse

Doch die größte Hürde für die Patientinnen ist die Kostenübernahme für die Operationen durch die Krankenkassen. Eine Fettabsaugung kostet rund 2600 Euro pro Sitzung. Im Schnitt sind drei Behandlungen nötig, um ein gutes Ergebnis zu erzielen. Laut Stefan Rapprich bekommen aktuell nur rund fünf Prozent seiner Patientinnen diese Kosten durch die Kasse bezahlt.

Nach Aussage des Spitzenverbands der Krankenkassen liegen aktuell noch keine Ergebnisse aus klinisch kontrollierten Studien vor, die eine Überlegenheit der Behandlung durch Liposuktion gegenüber den konventionellen Therapien belegen. So lange werde sich auch an der Kostenübernahme durch die Kassen nichts ändern.

Derzeit läuft eine Petition einer Interessengemeinschaft (Lipödem-Hilfe), die sich über das Internet formiert hat. Die Petition richtet sich an den Gemeinsamen Bundesausschuss und hat zum Ziel, die Liposuktion bei Lipödem in den Leistungskatalog der Kassen aufzunehmen. Es ist jedoch fraglich, ob der Antrag erfolgreich sein wird.

Den Kampf mit der Krankenkasse hat auch die 29-jährige Nina geführt. Seit ihrer Jugend leidet sie unter einem Lipödem in Armen und Beinen. Doch auch für sie kam die Diagnose erst viele Jahre später. »Ich wurde schon immer wegen meiner dicken Beine gehänselt, meine Eltern haben mich beim Essen gezügelt«, erzählt Nina. Auch Diäten und viel Sport brachten keinen Erfolg, die dicken Beine und Schmerzen in den Kniekehlen blieben.

Als sie mit Mitte zwanzig wegen Besenreisern am Knie behandelt wurde, sprach sie die Ärztin überraschend darauf an, ob sie denn auch immer ihre Kompressionsstrümpfe tragen würde. Erst da erfuhr Nina, dass die ganzen Diätversuche und sportlichen Anstrengungen gar nicht helfen konnten – sondern ein Lipödem Ursache ihrer Probleme war.

Schnell entschied sie sich dafür, das Lipödem mit einer

Fettabsaugung behandeln zu lassen. Doch ihre Krankenkasse stellte auf stur. »Zunächst hat man mir eine Ernährungsberatung empfohlen«, erzählt die junge Frau. Später sagte ihr eine Mitarbeiterin der Kasse am Telefon, sie habe sich Bilder im Internet angeschaut und es sei doch gar nicht so schlimm.

Anträge, verzweifelte Briefe, immer wieder Vertröstungen und Absagen – eineinhalb Jahre kämpfte Nina für eine Kostenübernahme durch ihre gesetzliche Krankenkasse. Erst als sie entschlossen war, vor Gericht zu ziehen und einen letzten Brief an den Vorstand der Kasse schrieb, kam drei Tage später die Zusage für die Kostenübernahme: Eine »Einzelfallentscheidung«, so die Kasse.

## Missbrauch vorbeugen

Auch wenn Stefan Rapprich mit neuen Studien dazu beitragen will, dass die Fettabsaugung bei einem Lipödem als Kassenleistung anerkannt wird, sieht er auch die Risiken einer generellen Kostenübernahme: »Ich bin für strenge Richtlinien, damit dem Missbrauch nicht Tür und Tor geöffnet wird.« So wolle er nicht, dass jeder Frau, die wegen einer kosmetischen Fettabsaugung zu einem Arzt kommt, ein Lipödem bescheinigt wird – quasi eine Schönheitsoperation auf Krankenschein.

## »Ein neuer Mensch«

Auch Tanja hatte Glück: Ihre private Krankenversicherung übernahm die Kosten für drei Operationen an den Beinen. Nur die Absaugung an den Armen musste sie aus eigener Tasche bezahlen. »Ich bin ein ganz neuer Mensch«, ist sich die 36-Jährige sicher, dass sich die insgesamt fünf Operationen ausgezahlt haben. Der Druckschmerz und die schweren Arme und Beine seien ein paar Monate nach den ersten Operationen komplett weg gewesen.

Auch Nina hat mittlerweile zwei Operationen an den Beinen hinter sich. Zwei Kleidergrößen sind zusammen mit dem Fettgewebe verschwunden, dieses Jahr will auch sie sich noch die Arme operieren lassen. Dennoch kann sie den langen Kampf mit der Krankenkasse noch nicht vergessen: »Falls ich mal eine Tochter habe, lege ich ihr gleich ein Sparbuch an, damit sie sich später aus eigener Tasche eine derartige Operation leisten kann, falls sie die Krankheit von mir erbt.«  
Christina Müller