

Was ist ein Lipödem?
Was ist ein Lymphödem?
Und was ein Lipolymphödem?

Warum nehme ich mit einer
Diät nicht ab? Und wenn, dann
nicht an den Armen oder
Beinen?

Sie hören vom Arzt oder
Bekanntem immer wieder.
„Nehmen Sie erst einmal ab,
dann gehen auch die
Schwellungen und Schmerzen
in den Armen und Beinen
weg!“
Sie wissen nicht weiter?

So ging es uns auch!
Lesen Sie weiter und fragen Sie
uns. Wir helfen Ihnen weiter,
wenn wir können.

Ansprechpartner:

Gabriele Pollmann

Telefon:

05233-997346

Sprechzeiten:

Mittwochs in der Zeit von
20.00 Uhr bis 21.00 Uhr

Sylvia Rodell

Montags in der Zeit von
19.00 Uhr bis 20.00 Uhr

Telefon:

05231-63884

E-Mail:

LIP-MAEDEL@t-online.de

DIE LIP-MÄDELS



**Eine Selbsthilfegruppe
für Lipödem und
Lipolymphödem betroffene
Frauen!**

Ein Lymphödem ist eine Ansammlung eiweißhaltiger Flüssigkeit im Zwischenzellgewebe. Es gibt ein primäres und ein sekundäres Lymphödem. Wobei das primäre eine angeborene Fehlbildung ist und das sekundäre durch äußere Einflüsse wie z.B. Unfallfolgen, OP's oder auch Insektenstiche entstehen kann.

In vielen Fällen auch als Reiterhosenphänomen bekannt, ist das Lipödem. Es ist eine Fettverteilungsstörung und chronische oft auch schmerzende Erkrankung. Bei einem Lipolymphödem liegt eine Kombination beider Krankungsbilder vor. So kann es sein, dass an den Armen ein Lymphödem und an den Beinen ein Lipödem gegeben ist.

Die einzige Alternative zu Diäten ist eine gesunde und ausgewogene Ernährung in Verbindung mit Sport. Ideale Sportarten sind Schwimmen und Nordic-Walking. Beschwerden können durch das regelmäßige Tragen einer nach Maß angefertigten Kompressionsbestrumpfung und regelmäßiger Lymphdrainage gebessert werden. So geht Frau wieder sorgenfreier durchs Leben.

Was wollen wir als Selbsthilfegruppe erreichen?

- > Austausch von Betroffenen
- > Mehr Akzeptanz für unsere Erkrankung
- > Aufklärung über das Krankheitsbild
- > Hilfe zur Selbsthilfe

Wir sind acht Frauen die alle an einem Lipödem oder Lipolymphödem erkrankt sind.

Seit Mitte 2007 treffen wir uns in regelmäßigen Abständen zum Austausch. Sie möchten Kontakt zu uns aufnehmen?

Dann mailen Sie uns oder rufen unter der angegebenen Telefonnummern an.