

## Meine Lymphgeschichte - Patientenbericht von Frau K. aus B.

- im Sommer 1988, zwei Jahre nach meiner ersten Schwangerschaft, **wurde plötzlich mein rechter Fuß extrem dick**. Nach zwei Wochen war das Bein geschwollen bis zum Knie.
- **Besuch beim Orthopäden**. Der verpasste mir für 3 Wochen Gips! Das Bein wurde nicht dünner.
- **nach einiger Zeit wurde auch das linke Bein dick**. Der Orthopäde gab auf und schickte mich zum Internisten.
- von dort ging`s 1989 zum **Phlebologen**. **Diagnose: Lymphödem**. Das schien zwar richtig zu sein, doch der weitere Weg war sehr fragwürdig.
- mit der Diagnose ging es in die Medizinische Poliklinik zur Lymphographie. Der rechte Fuß wurde auf dem Spann, 3cm quer zum Fuß, aufgeschnitten und ein öliges, lila Kontrastmittel eingespritzt. Nachdem die Ärztin 1,5 Std. mit einer Pinzette in der Wunde herumgepickst und immer noch kein Lymphgefäß gefunden hatte, beschloss sie, das Ganze doch am linken Fuß auch zu probieren. Auch dort fand sie kein Lymphgefäß. Nach zwei Tagen wurde ich ohne Befund nach Hause geschickt.
- durch die Empfehlung einer Bekannten landete ich **1990 bei einem "Venenspezialist"**. Der verschrieb mir Kompressionsstrümpfe (rundgestrickte) und gab mir ein Rezept über 10 Lymphdrainagen.
- **diese "Lymphdrainage" sah folgendermaßen aus**: 30 min. streicheln der Beine (beginnend in der Leiste), Socken an und nach Hause. Kompressionsstrümpfe brauchte ich laut Therapeut nicht, da die Beine ja wieder "schön dünn" waren. Spätestens zu Hause hat man die Form meiner Beine nicht wiedererkannt.
- nach diesem Rezept gab`s kein neues, da ich ja jetzt Kompressionsstrümpfe hatte.
- in meiner Ratlosigkeit ging ich zu einer **Heilpraktikerin**. Sie meinte, das alles schnellstens in den Griff zu bekommen und riet mir erstmal Kupferreifen ( gebogene Heizungsrohre) unter meine Matratze zu legen. Diese würden die Strahlung und das Wasser aus meinen Beinen ziehen. Gleichzeitig spritzte sie mir 20-30 verschiedene Substanzen (verteilt am ganzen Körper) und beglückte meine Beine mit zahlreichen Akupunkturnadeln. Das Ganze kostete mich über 1000.- DM (ohne Benzinkosten) - gebracht hat es nichts.
- während meiner nächsten zwei Schwangerschaften gab`s neue Strümpfe/Strumpfhosen (die Kinder kamen im Hochsommer).
- ansonsten fand keine Behandlung, geschweige denn Aufklärung statt.
- wenn`s in den Sommern danach schlimm wurde, zog ich meine Kompressionsstrümpfe an, die z.T. schon 5 Jahre alt waren. Ansonsten keine Therapie.
- **Mutter und Oma sagten: "Bei uns in der Familie haben nun mal alle dicke Beine."** Es ist nicht bekannt, ob nur Adipositas oder auch Ödeme vorlagen.
- so ging das 18 Jahre lang. Im Sommer geschwollene Beine, im Winter ging es einigermaßen. Aber am Knöchel und auf dem Spann ging die Schwellung nicht mehr zurück und das Gewebe wurde immer fester und "pappiger".
- nachdem ich fast **keine passenden Schuhe mehr** fand, landete ich **durch Zufall im Juli 2006** bei einer weiteren Phlebologin, die mich 3x pro Woche in einen Lymphomat steckte, um meine Beine zu entstauen. Danach wurde mit Kurzzugbinden ohne Polster gewickelt.
- nach mehreren Wochen landete ich dann bei einer **sehr kompetenten Bandagistin**, die mir "flachgestrickte" Strümpfe anmaß. Von dieser Art Strümpfen hörte ich dort zum ersten mal. Dazu gab es von der **Phlebologin ein Rezept über Lymphdrainagen**. Durch die Bandagistin kam ich an eine Therapeutin, die nicht nur bestens über Lymphödeme bescheid wusste, sondern mir auch sehr viel **theoretisches Wissen, die richtige Wickeltechnik** und die Einsicht beibrachte, dass ich selbst für meine Beine viel tun kann – sie unterstützt **die hiesige Lymphselbsthilfegruppe** sehr.
- **Seit den letzten 9 Monaten geht es nur noch Bergauf**.
- meine Aufgaben seitdem:
  - **2 Tage die Woche gewickelte Beine**
  - **1x 60 min. Lymphdrainage**
  - **tägl. Atemübungen und Bewegung**
  - **spez. Grifftechnik, um Verklebungen zu lösen**
  - **anbringen von Kinesio-Lymph-Tapes durch Therapeutin**
  - **tägl. spez. Pflege der Beine**
  - **nach anfänglichen Schwierigkeiten schaffe ich es mittlerweile meine Beine in 10 min. zu wickeln**, zu Beginn waren es noch 20 min. pro Bein
- bin gespannt wie es weitergeht!!! - Herbst 2007