

**Fragebogen Versicherte/r:, geb.**

Frau W., geb. xx.xx.1978

**Spezielle Krankheitsgeschichte:**

**Welche Beschwerden liegen vor:**

Starke Schmerzen, Bewegungseinschränkung, massive angeschwollene Beine und Füße (säulenförmige Beine, tragen von offenen Sandalen wegen dicker Füße nicht möglich), Druckempfindlichkeit, Gewebeverhärtung und schnelle Hämatombildung, Wärme und Kälteempfindlichkeit, psychische Belastung, häufige Erkältungen/Grippe, Gewichtszunahme und starke Porenausbildung.

**Seit wann:**

Mit Beginn der Pubertät vermehrte Gewichtszunahme der unteren Extremitäten bis zur Hüfte (ab ca. 12 Lebensjahr).

**Ursache, falls bekannt:**

Unbekannt, vermutlich Vererbung da meine Mutter und Bruder (geb. xx.xx.1981) auch betroffen sind. Lipolymphödem des Bruders wurde diagnostisch von Dr. med. W. J. bestätigt.

**Verlauf:**

**Wann, über welchen Zeitraum und wie oft haben sie sich bei welchem Behandler vorgestellt (Name, Facharztbezeichnung, Zeitraum, Frequenz):**

Seit August 1999 bis heute, vierteljährlich bei Dr. med. W. J., Dermatologe in Friedberg, Schwerpunktpraxis Lymphologie.

**Wurden Kompressionsbinden verordnet?**

**Wenn ja, welche:** Lymphset der Firma L. und R. (Bindenset das individuell für Lymphpatienten zusammengestellt wird. Zur Fibroseaufarbeitung Lymphpads, unterschiedlicher Struktur, der Firma M.).

**Kurzzugbinden**

**Langzugbinden**

**elastische Binden**

**andere Binden => Schaumstoff und Watte zur Polsterung**

**Wie viele Binden pro Extremität und wie hoch wurde gewickelt:**

10 Binden pro Extremität vom Fuß bis zur Leiste + alte abgeschnittene Kompressionshose zur zusätzlichen Kompression von Bauch und Hüfte, mittlerweile ist keine Zehenbandagierung mehr notwendig.

Unterschenkel:

Oberschenkel:

Schlauchverband zum Hautschutz

1 x 10 cm + 1 x 15 cm Rosidal Soft (Schaumstoff) zur Polsterung

1 x 8 cm, 2 x 10 cm + 3 x 12 cm Rosidal Kurzzugbinden, Fa. L. u. R.

1 x 20 cm Ideal Binde zur Fixierung der Lymphpads

1 x 20 cm Langzugbinde zur abschließenden zusätzlichen Druckverteilung über das gesamte Bein.

Je Extremität werden 3 Lymphpads in A4 Format eingearbeitet zur Gewebslockerung (1 x Unterschenkel und 2 x Oberschenkel)

**Wie häufig und über welchen Zeitraum wurde diese Therapie durchgeführt?**

Nach Verordnung - im Aug./Sept. 1999 KPE I, fast täglich ca. 3 Wochen lang.

Danach, bis heute KPE II, 1-2 wöchentlich, je nach Vereinbarung mit beruflicher Arbeitszeit und Fahrzeit von Frankfurt nach Giessen.

**Wer hat Sie gewickelt?**

=> Der jeweilige Therapeut:

Frau R. (Giessen), Herr W. (Frankfurt), Herr M.-S. (Frankfurt).

...

=> Nach zentraler Selbstbehandlung (Hals, Achseln, Bauch, Leiste), Selbstbandagierung zur Überbrückung von Wochenenden und Urlaub der gesamten Beine.

### **Therapieeffekt:**

Nach KPE I: Weniger Schmerzen und weniger Druckempfindlichkeit, Konturen der Knie und Knöchel wieder sichtbar, Unterschenkel und Füße sind abgeschwollen, schnellere Hämatomrückbildung. Psychische Verbesserung.

Mit KPE II: Beibehaltung des Erfolgs aus KPE I, Ödem in den Füßen nicht mehr vorhanden, weiches Gewebe, Kälte und Wärmeempfindlichkeit nicht mehr so stark.

Messungen liegen in der o. g. Praxis vor.

Krankenhausaufenthalt im Frühjahr 2004: Schmerzlinderung und schnellere Hämatomrückbildung, gebessertes Allgemeinbefinden, Gewichts- und Umfangsreduzierung (bis zu 4 kg und 4 cm)

Empfohlene erneute stationäre KPE nach ca. 12 Monaten.

Bis heute weitest gehende Erhaltung der in Bad Ems erzielten Therapieerfolge und seit dem keine weiteren krankheitsbedingten Berufsausfälle durch Erkältungen/Grippe durch verbesserten Lymphtransport (Mineralien).

### **Welche Strümpfe wurden verordnet (von wo bis wo, mit/ohne Fußspitze, mit/ohne Hosenteil, andere Formen):**

#### **Kompressionsklasse:**

- I
- II
- III
- IV

Flachgestrickte Kompressionsbestrumpfung der Fa. M. und Fa. J.

Kniestrümpfe mit Fußspitze ohne Zehenkappe der Fa. M. und Fa. J. (J. = grobgestrickter und luftdurchlässiger dadurch geringere Haarwurzelreizung bis Entzündung) nach KPE I Kompressionsklasse II, seit ca. 3 Jahren KKL III.

Caprihose (mit Leibteil) nach KPE I in KKL II, seit ca. 3 Jahren, Beine in KKL III und Leibteil in KKL II. (Zehenkappe nicht notwendig da Ödem in den Füßen nicht mehr vorhanden).

### **Wie häufig wurde verordnet?**

Je nach Bedarf, meist ½ jährlich wenn die Kompressionsversorgung durch tägliches Tragen nicht mehr funktionstüchtig war (ausgeleiert, durchgelaufen).

### **Wie sitzen die Kompressionsstrümpfe (fest, locker, lassen sich schwer oder leicht Anziehen)?**

Optimal ! Optimaler Sitz durch kompetente Anmessung im Sanitätshaus in Bad Nauheim mit Schwerpunkt Lymphologie. Gute Passform trotz KKL III, angenehmes Tragegefühl, sitzt sehr fest aber ohne Einschnidungen, Faltenbildung oder rutschen. Anziehen nur mit speziellen Gummihandschuhen möglich zum Schutz des Gewebes.

### **Wie oft wurden Kompressionsstrümpfe angewendet?**

Ganzjährlich, täglich von morgens bis abends, Caprihose und Kniestrümpfe (besonders wichtig im Sommer).

### **Wer zieht Ihnen die Strümpfe an?**

Ich selbst

### **Wurde Lymphdrainage verordnet?**

- ja, wann zum ersten Mal: Sommer 1999 als KPE I danach bis heute KPE II
- nein

### **Über welchen Zeitraum wurde Lymphdrainage verordnet?**

Regelmäßig und ununterbrochen vom Sommer 1999 bis heute.

**Wie häufig wurden Lymphdrainage verordnet?**

KPE I ca. 3 Wochen – täglich, danach KPE II 1-2 x wöchentlich.

Umsetzung je nach Vereinbarung mit beruflicher Arbeitszeit und Fahrzeit von Frankfurt nach Giessen.

**Wie lange dauert ein Lymphdrainagetermin?**

Bei Verordnung MLD 60 = 1 Std. manuelle Lymphdrainage (MLD) + Bandagierung beider Beine in ca. 15 min

**Wurde direkt im Anschluss an die Lymphdrainage mit Kompressionsverband oder –strümpfen versorgt?**

ja

nein

Immer mit Kompressionsverband, Bandagierung wird getragen bis zur Nachtruhe.

**Allgemeine Krankheitsgeschichte:**

**Besonderheiten:**

**Besteht eine Herzerkrankung:**

ja, welche

nein

**Besteht oder bestanden bösartige Erkrankungen:**

ja, welche:

nein

**Größe:** 153cm

**Gewicht:** 74 kg

**Bewegungstherapie in Eigenregie:**

ja, welche Bewegungen und wie oft:

Schwimmen, Fitnessstudio (in Kompressionsversorgung) und Heimtrainer (speziell mit bandagierten Beinen), 2-3 x wöchentlich.

nein

**Reha-Aufenthalte:**

Krankenhausaufenthalt, 3 Wochen in 2004 in einer lymph. spezialisierten Klinik in Bad Ems (+Naturheilverfahren).

**Eigene Bemerkungen:**

Weitere gesammelte Erfahrungen und Informationen (u. a. Kongress Dt. Gesellschaft für Lymphologie, Selbsthilfegruppe und Proband bei verschiedenen Lymphveranstaltungen z. B. Sanitätshauschulungen) helfen mir im täglichen und zeitaufwendigen Kampf/Umgang mit dem Krankheitsbild (wöchentlicher Zeitaufwand ca. 20 Std. bei 2 x wöchentlicher Therapie).

Eine gute Körperpflege, täglich genügend Flüssigkeit, gesunde und bewusste Ernährung, Absetzen hormoneller Verhütungsmittel, tragen von nicht zu enger Kleidung (besonders Unterwäsche) und Vermeidung gefäßerweiternder Einflüsse sind nicht selbstverständlich. Doch auch diese „Kleinigkeiten“ tragen zu den bisherigen Erfolgen bei und sind Grundlage zur täglichen Motivation und Selbstinitiative. Eine entscheidende Rolle spielt ebenso die gute Zusammenarbeit mit der Therapeutin. Experimentierfreudigkeit und die damit verbundene Flexibilität helfen bei der Drainage (z. B. unterschiedliche Massagegriffe z. B. nach Földi) als auch bei der Bandagierung, das Ödem immer wieder zu „überlisten“.

Ein Lympa-mat 300 Gradient der Firma B. würde mir helfen langfristig die Schmerzen weiter zu lindern und die damit verbundene Bewegungseinschränkung verbessern. Das Gerät würde außerdem dazu beitragen kontinuierlich eine Behandlung in Eigenregie durchzuführen und würde für mich persönlich eine deutliche Zeit und Kosten Ersparnis bedeuten. Bei erfolgreicher Anwendung des Gerätes könnten weitere Krankenhausaufenthalte vermieden und die unterstützende KPE auf 1 x wöchentlich reduziert werden. In Bad Ems konnte ich bereits in Verbindung mit MLD/KPE ein Lymphgerät erfolgreich nutzen und eine Umfangsreduzierung von ca. 4 cm erzielen.

**Mit freundlichen Grüßen**

**R., Jan. 2005**

**Anlagen**

**Fotos**

- **Betroffene Region (Jan. 2005)**
- **Bandagierung in ambulanter Praxis in Giessen (Juli 2004) – s.u.**
- **Nach ca. 6 Std. Bandagierung auf einem Lymphkongress in Kassel (Sept. 2004)**
- **Sanitätshauschulung der Fa. M., bei dem ich als Proband zur Verfügung stand (Nov. 2004)**

