

Die Ursache ist noch nicht endgültig erforscht, wahrscheinlich aber eine erbliche Veranlagung in Verbindung mit einem hormonellen Ungleichgewicht. Diese Form von Ödemen tritt immer symmetrisch auf, ist KEIN kosmetisches Problem, sondern eine sehr ernst zu nehmende Erkrankung.

Es ist eine krankhafte Fettverteilungsstörung, die weder durch Diäten, Sport oder Medikamente beeinflusst werden kann, da die Fettzellen nicht durch übermäßige Kalorienzufuhr „aufgefüllt“ sind.

Das Auftreten ist vorwiegend an den Oberschenkeln und Hüften, kann sich aber auch auf den gesamten Beinen zeigen und auch an den Armen, während die Füße und Hände frei von Schwellung sind. Einhergehend mit der negativen Optik sind Schmerzen auf Grund der Schwellung und des Gewichtes, erhöhte Druckempfindlichkeit der betroffenen Bereiche und Bewegungseinschränkungen.

Allerdings gibt es auch eine Ausnahme bei den Ödemen, die vom betroffenen Menschen selbst beeinflusst werden kann – das Phlebödem – Folge von venösen Abfluss-Störungen.

Dieses entsteht durch langes Stehen, wenig Bewegung, mit zunehmendem Alter, durch Krampfadern und durch deren Entfernen. Eine Venenschwäche kann angeboren sein, aber mit sehr einfachen Möglichkeiten relativ lange Zeit kontrolliert bleiben.

Entsprechend ausreichende Bewegung und ausgleichende Arbeitsabläufe helfen ganz hervorragend, und wenn dieses nicht immer umgesetzt werden kann, bekommen die Beine Unterstützung durch entsprechende Bestrumpfung. Auch Wassertreten und kalte Güsse nach Kneipp sind sehr gute Möglichkeiten zur Pflege.

Für alle Formen der Lymphödeme ist immer wichtig, dass die Entwicklung und Veränderung, bzw. Zunahme, ob an Größe oder Ausdehnung, genau beobachtet wird.

Außer regelmäßiger Bewegung in Form von Laufen, Schwimmen, Gymnastik oder speziellen Entstauungsübungen, ist es sehr wichtig, dass die betroffenen Beine und/oder Arme entsprechend behandelt werden mit Manueller Lymphdrainage. Durch diese fein dosierte „Massagetechnik“ kann der Abfluss bis zum 10-Fachen gesteigert werden. Mit anschließender Kompressionsbandagierung wird der Effekt verstärkt und verlängert. Nach einer ersten Behandlungsphase können dann entsprechende Kompressionsstrümpfe angemessen werden, die dann ständig getragen werden sollten, unterstützt mit regelmäßig weiterlaufenden Behandlungen.

Wie für alle längerfristigen Behandlungsformen sollten auch hierfür geschulte Therapeuten zurate gezogen werden, unterstützt durch den Haus- oder Facharzt.

Eva Treiber, Therapeutin für Manuelle Lymphdrainage und Physiotherapie

Tierquizauflösung

von Seite 20:

Erreichte Punktezahl:

- 20 – 19 Du bist absolute Spitze!
- 18 – 16 Du bist auf dem Weg ein Tierexperte zu werden.
- 15 – 13 Du kennst dich schon ganz gut aus.
- 12 – 10 Na ja, Du kannst dich noch steigern.
- 9 – 7 Du brauchst noch etwas Übung.
- 6 – 0 Das war wohl nichts.

respekTIERMich e. V., www.respekTIERMich.de

Antworten:

- 1. c
- 2. b
- 3. c
- 4. a
- 5. b
- 6. b
- 7. c
- 8. b
- 9. a
- 10. b
- 11. a
- 12. b
- 13. b
- 14. c
- 15. b
- 16. b
- 17. c
- 18. a
- 19. c
- 20. b

Nächster Erscheinungstermin:

16. Oktober 2010

Bitte Anzeigen bis zum
6. Oktober 2010 an:

GO Verlag GmbH & Co. KG
Alleestraße 158 · Kirchheim
Telefon 070 21 / 97 50 - 14 · Fax 97 50 - 33
E-Mail: tom.duley@teckbote.de