

## Patientföreningen Lymf Kalmar län

Lymf Kalmar Län är hela Kalmar läns patientförening för personer med Lymfödem, Lipödem, Dercum. Föreningen har som ändamål att verka för optimal vård för personer med Lymfödem, Lipödem, Dercum samt med särskild målsättning att sprida kunskap och information om sjukdomarna och arbeta för samverkan och påverkan om dessa i samhället. Vi samverkar med politiker, sjukvården, leverantörer och andra aktörer.

Föreningen vänder sig till personer med ovan nämnda sjukdomar, deras anhöriga och andra intresserade. En varm gemenskap med medlemsaktiviteter som medlemsträffar och kurser. Vårt mål är att ha representanter från hela länet i styrelsen. Vårt mål är också att vi har erfarenheter av samtliga sjukdomar som vi verkar för representerade i styrelsen eller som referenser.

Läs mer på föreningens hemsida [www.lymfkalmarlan.se](http://www.lymfkalmarlan.se). Patientföreningen finns även på Facebook. Stöd gärna föreningens arbete för "Rätt vård i rätt tid!" SWISH 1235002316 / BG 5222-6289.

Lymf Kalmar län är medlem i och har nära samverkan med Lymf Sverige och Funktionsrätt Kalmar län. Lymf Sverige är medlem i Sällsynta diagnoser. Sällsynta diagnoser och Funktionsrätt Kalmar län är medlemmar i Funktionsrätt Sverige.

**Lymf**  
Kalmar Län  
Lymf- och lipödemförening

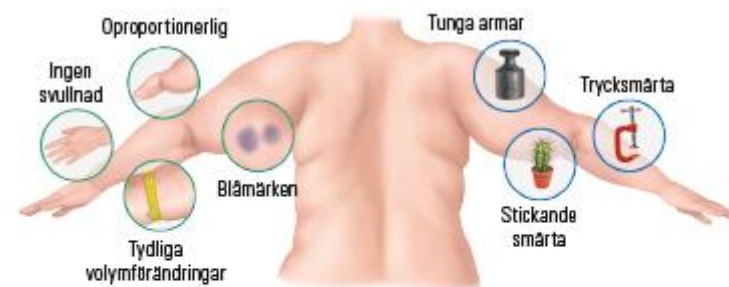
**Lymf**  
Sverige  
FÖRBUNDET FÖR  
Lymfödem Lipödem Dercum

**Funktionsrätt**  
Kalmar län

**SÄLLSYNTA  
DIAGNOSER**  
RARE DISEASES SWEDEN

**Funktionsrätt**  
Sverige

# LIPÖDEM



Yttre symptom  
lipödem

Inre symptom  
lipödem



**Lymf**  
Kalmar Län  
Lymf- och lipödemförening

## Diagnoskod R60.0B

### Bakgrund

Lipödem ingår i gruppen fettvävssjukdomar

- Uppmärksammades första gången på 1940-talet
- Sjukdomen är kronisk
- Drabbar framförallt kvinnor

### Orsak

- Lipödem bryter ut eller utvecklas vid hormonella förändringar såsom pubertet, graviditet, klimakteriet, stress och trauma. Sjukdomen kan också triggas av hormonella preparat.
- Blockeringar i lymfflödet.
- Ärftlighet föreligger

### Symtom

- Oproportionerlig kroppsform. Oftast större underkropp än överkropp. Vanligen drabbas rumpa, höfter, lår och vader men även mage, bröst och överarmar kan drabbas.
- Fötter och händer drabbas inte
- Ödemet uppträder symmetriskt, dvs lika på höger och vänster sida av kroppen
- Fettansamlingarna gör ont, framförallt vid tryck. Fett vid fetma gör inte ont, det gör det vid lipödem
- Fettilipomer som samlas under huden känns som små knölar, riskorn eller ärtor
- Man kan känna en tyngdkänsla i benen
- Svullnad och spänningskänsla kan förvärras under dagen
- Blåmärken uppkommer lätt
- Microcirkulationen är sämre i de drabbade områdena därför blir huden ofta kall
- Ofta överrörlighet i lederna
- Finns i fem typer och tre stadier



copyright of Lipedemaproducts 2016



### Behandling

- Lågintensiv träning rekommenderas
- Kompressionskläder för lipödem och lymfapress
- Bassängträning gärna i varmvatten
- Medveten kosthållning
- Operation när det inte hjälper med konservativ behandling och sjukdomen blir begränsande
- Lymfmassage, torrborstning, medveten andning, antiinflammatorisk kost, qigong, IR-bastu, andullationsbädd, etc

### Komplikationer

- Tidig upptäckt och tidiga insatser är av vikt för att stimulera lymfflödet och undvika onödiga komplikationer
- Kan leda till felställningar i leder, framförallt knäleder med artros som följd på grund av fettansamlingar vid knän och insida lår
- Kan leda till funktionsnedsättning och arbetsoförmåga
- Svårt att klara fysisk aktivitet och blir orörliga
- Svårt att gå ner i vikt på de drabbade områdena
- Gastric bypass hjälper inte mot lipödem
- Svårt att hitta kläder
- För små stolar eller sittplatser i offentliga rum
- Fetmastigmatisering till följd av samhällets rådande normer
- Försämrade livskvalitet
- Ofta dåligt bemötande av omgivningen samt sjukvården
- Ökad risk för suicid
- Högintensiv träning kan förvärra tillståndet
- Vid svåra fall kan sekundärt lymfödem och/eller Dercum utvecklas