Lipödem im Beratungsgespräch

Ein Lipödem wird oft spät erkannt. Typisch ist eine schmerzhafte Fettvermehrung an Beinen oder Armen, die Diäten kaum verändern. Apothekenteams können eine erste Anlaufstelle sein: Sie hören zu, achten auf Warnzeichen und helfen, den Weg zur Ärztin oder zum Arzt zu finden. **Eine Diagnose wird in der Apotheke aber nicht gestellt.**

GESPRÄCHSABLAUF

1. **Einstieg:** offen und wertschätzend, z. B. „Was beschäftigt Sie heute?“
2. **Erfassen:** Beschwerden und Beobachtungen ansprechen, z. B. Schwellungen oder Schmerzen in den Beinen (ersetzt keine Diagnose)
3. **Warnzeichen prüfen:** auf Notfallsymptome achten (siehe Warnzeichen unten)
4. **Zur Ärztin oder zum Arzt raten:** die Hausärztin oder den Hausarzt als erste Station empfehlen
5. **Abschluss:** zusammenfassen, offene Fragen klären, ggf. Informationen mitgeben

WARNZEICHEN: SOFORT ÄRZTLICH ABKLÄREN

- Einseitige Schwellung, Wärme, Rötung oder Schmerz im Bein. **Das kann auf eine Thrombose hindeuten**
- Schwellung mit Fieber oder Krankheitsgefühl
- Plötzliche Zunahme der Schwellung
- Offene, nässende oder stark gerötete Hautstellen

NOTFALL: SOFORT 112
Plötzliche Atemnot, Brustschmerz, Bluthusten

112

LIPÖDEM, LYMPHÖDEM ODER VENENSCHWÄCHE? DIE UNTERSCHIEDE IM ÜBERBLICK

Merkmal	Lipödem	Lymphödem	Venenschwäche
Schmerz	**Häufig, druckempfindlich**	Eher Spannungsgefühl	Schweregefühl, nächtliche Wadenkrämpfe
Füße/Hände	**Meist ausgespart**	Oft betroffen	Meist Unterschenkel/Knöchel betroffen
Gewicht/Diät	**Beine kaum beeinflussbar**	Nicht gewichtsabhängig	Gewicht ist ein Risikofaktor
Haut	**Meist unauffällig**	Kann verdickt sein (Stemmer-Zeichen)	Häufig Krampfadern, Hautverfärbungen oder Ekzeme
Tagesverlauf	**Oft Verschlechterung im Tagesverlauf**	Oft Verschlechterung im Tagesverlauf	Verschlechtert sich typischerweise abends und beim Stehen

WICHTIG: Die Tabelle dient der Orientierung und ersetzt keine ärztliche Untersuchung.

NÄCHSTE SCHRITTE FÜR DIE PATIENTIN/DEN PATIENTEN

- Arzttermin vereinbaren
- Dokumentation vorbereiten: Symptomtagebuch, Fotos der Beine, Befunde, Medikamentenliste
- Fragen notieren für den Arzttermin (Stadium, Therapie, Kostenübernahme)
- Arzttermin wahrnehmen, mit Ultraschall und klinischer Untersuchung

ROLLE DER APOTHEKE

- Auf Warnzeichen achten und bei Auffälligkeiten sofort an die Ärztin oder den Arzt verweisen
- Zur ärztlichen Abklärung raten
- Schmerzmittel und Medikation auf Wechselwirkungen und wassereinlagernde Wirkstoffe prüfen. Änderungen nur durch die Ärztin oder den Arzt
- Bei Kompressionsinteresse: Warnzeichen ausschließen und Diagnose abwarten, dann an Sanitätshaus oder Fachstelle verweisen
- Milde Hautpflege bei intakter Haut – auf Selbsthilfe- und Informationsangebote hinweisen

ANLAUFSTELLEN ZUM WEITERGEBEN

- Hausarzt/Hausärztin überweist an Fachärzt*innen für Phlebologie, Lymphologie oder Angiologie
- Deutsche Gesellschaft für Phlebologie und Lymphologie e. V. (DGPL): https://www.phlebology.de
- Deutsche Gesellschaft für Angiologie (DGA): www.dga-gefaessmedizin.de (Patientenbereich mit Ratgebern)
- Lipödem-Selbsthilfegruppen

Wort & Bild Verlag Konradshöhe GmbH & Co. KG • Konradshöhe 1 • 82065 Baierbrunn bei München • HRB: Amtsgericht München HRA 44980 • USt-ID-Nr. DE 130750628 • Geschäftsführer: Andreas Arntzen (Vorsitzender Geschäftsführung), Dr. Dennis Ballwieser, Jan Wagner • Gegründet von Verleger Rolf Becker † • Kontakt Tel.: (0 89) 744 33-0 • Fax: (0 89) 7 44 33-340 E-Mail: info@wubv.de • www.wubv.de

Stand: Oktober 2026. Vor dem Einsatz im Team mit der aktuellen Leitlinie und den örtlichen Regelungen zur Kostenübernahme abgleichen.