



DAS KONZEPT DER ÖDEMBEHANDLUNG FLPT

Einleitung

Mit den Techniken und Massnahmen der Lymphologischen Physiotherapie werden physiotherapeutisch beeinflussbare **Ödemkrankheiten** (Lymphödem, Lipödem, Phlebödem/Ulcus cruris, zyklisch-idiopathische Ödemsyndrome^{1 2}) sowie **postoperative / posttraumatische Ödeme** behandelt.

Die Behandlung von postoperativen/posttraumatischen Ödemen ist Teil der allgemeinen Rehabilitation, entödematisierende Massnahmen aus dem Konzept werden dabei v.a. initial eingesetzt, d.h. kurzfristig und modifiziert.

Nachfolgend werden die Elemente des Konzeptes und dessen Anwendung als 2-Phasen-Therapie zur Behandlung von chronischen Ödemkrankheiten beschrieben.

Die Elemente des Konzeptes

- Befund und Verlaufskontrollen
- manuelle Lymphdrainage plus evt. Narbenbehandlung
- Dauerkompressionstherapie (Bandagen und Bestrumpfung)
- Atemphysiotherapie
- funktionelle Rehabilitation
- Instruktionen zur Selbstbehandlung (Erysipelprophylaxe, Selbsttherapiemassnahmen)
- Beratung der Patientin / des Patienten:
 - Hinweise für ödemangepasstes Alltagsverhalten
 - Informationen zu Brustprothesen und Hilfsmitteln
 - Hinweise auf Organisationen und deren Dienstleistungen, z.Bsp. Krebsligen, Selbsthilfegruppen, FLPT usw.

Eine korrekt durchgeführte Ödembehandlung erfordert die Anwendung dieser Elemente in problemorientierter, sinnvoller Kombination. Sie erfordert von der Patientin/dem Patienten aktive Mitarbeit³.

Die Therapieplanung wird aufgrund einer umfassenden Befundaufnahme und einer Therapiezielvereinbarung mit der Patientin/dem Patienten gemacht. Ödembehandlungen führen immer zu einer Ödemreduktion (mit seltenen, klar begründbaren Ausnahmen).

Die Behandlung von chronischen **Ödemkrankheiten** erfordert nicht dauernde physiotherapeutische Behandlung aber eine längerfristige Therapieplanung. Dazu bewährt sich am besten das nachfolgend beschriebene 2-Phasen-System.

¹ Földi M, Kubik S, (Hrsg.) (2002): Lehrbuch der Lymphologie, 5.Auflage, Urban&Fischer

² Herpertz U, (2004): Ödeme und Lymphdrainage, 2.Auflage, Schattauer

³ Consensus Document der International Society of Lymphology ISL, Lymphology 36 (2003) 84-91

Ödembehandlungen im 2-Phasen-System

1. Intensivphase zur Entödematisierung

- 5x wöchentlich physiotherapeutische Behandlung (mindestens aber 3x)
- Dauerkompression mit Bandagen
- Instruktion in Selbstbehandlungstechniken (inkl. Selbstbandage)
- Information / Beratung

Dauer der Intensivphase: In der Regel 2-3 Wochen, kann nach Bedarf verkürzt oder verlängert werden. Bei der Behandlung von Ulcera dauert die Intensivphase bis zur Abheilung des Ulcus.

Am Ende der Intensivphase wird ein Kompressionsstrumpf angemessen. Es empfiehlt sich die Zusammenarbeit mit einem darauf spezialisierten Orthopädiegeschäft.

2. Erhaltungsphase zur Stabilisierung des Therapieerfolges

Keine ödemreduzierenden physiotherapeutischen Behandlungen mehr, sondern Anwendung der erlernten Selbstbehandlungstechniken (Kompression, Atmungs- und Bewegungsübungen, ödemgerechtes Alltagsverhalten usw.)

Dauer der Erhaltungsphase: sehr unterschiedlich, je nach Ausmass des Ödems und je nachdem, wie konsequent die Selbstbehandlung durchgeführt werden kann. Sobald die während der Intensivphase erreichte Ödemreduktion nicht mehr gehalten werden kann ist eine Wiederholung derselben nötig. Es empfiehlt sich generell 1-2x jährlich eine Intensivphase einzuschalten. So können auch massive Ödeme mit der Zeit reduziert werden.

Alle oben genannten Massnahmen können üblicherweise im Laufe der Zeit reduziert werden, allerdings immer nur in dem Mass, dass das Ödem nicht wieder zunimmt.

Allgemeine Hinweise

Eine effiziente funktionelle Rehabilitation erfordert in der Regel ein Weiterführen der entsprechenden Therapiemassnahmen über eine längere Zeit.

Behandlungen von Ödemkrankheiten (Intensivphase) werden in der Regel ambulant durchgeführt, es muss jedoch das Umfeld dazu geschaffen werden (z.Bsp. Arbeitsunfähigkeitszeugnis, Hilfe für den Haushalt, möglichst wenige anderweitigen anstrengenden Aktivitäten usw.).

Bei sehr ausgeprägten Ödemen und/oder der Kombination von verschiedenen Krankheiten oder wenn aus anderweitigen Gründen keine ambulante Behandlung möglich ist, muss die Intensivphase stationär durchgeführt werden.

Die Behandlung von primären und sekundären Lymphödemen wird von den Krankenkassen aus der Grundversicherung bezahlt sofern sie auf ärztliche Verordnung von einer Physiotherapeutin/einem Physiotherapeuten mit entsprechender Weiterbildung durchgeführt wird.

Eine Adressliste von Physiotherapeutinnen/Physiotherapeuten mit einer Weiterbildung in Lymphologischer Physiotherapie erhalten Sie beim Sekretariat der Fachgruppe:

Tel.: 041 / 926 07 82

Fax: 041 / 926 07 99 und online unter www.flpt.ch. ⇨ Mitglieder