

Norsk lymfødem- og lipødemforbund er en landsomfattende interesseorganisasjon, og ble etablert i 1986. Det het da Norsk lymfødemforening. I 2017 ble også lipødemikere inkludert i organisasjonen, og foreningen endret navn til Norsk lymfødem - og lipødemforbund. Vi har i dag 20 lokalforeninger rundt om i landet. Antallet medlemmer øker, og vår målsetting er å utøve rådgivende, opplysende og hjelpende virksomhet overfor alle med lymfødem og lipødem. Vi jobber i tillegg politisk for å få lipødem anerkjent som diagnose, og at personer med lymfødem og lipødem skal få best mulig livskvalitet.



## HVA ER LIPØDEM?

NLLF  
**Norsk lymfødem-  
og lipødemforbund**

[www.nllf.no](http://www.nllf.no)  
Likepersonstelefon: 69 87 75 55

NLLF  
**Norsk lymfødem-  
og lipødemforbund**

[www.nllf.no](http://www.nllf.no)

# LIPØDEM ER EN KRONISK SYKDOM I FETTVEV OG I LYMFEEKANALER

LIPØDEM KARAKTERISERES AV SYMMETRISK, OVERFLØDIG FETTVEV, SPESIELT VED HOFTER, BEN OG LEGGER. I TILLEGG KAN DU FÅ HEVELSE I BENA, SOM BLIR VERRE NÅR DU STÅR. DET ER VELDIG SJELDEN LIPØDEM ANGRIPER MENN.

LIPØDEM KAN OFTE BLI FEILDIAGNOSTISERT SOM LYMFØDEM ELLER FEDME.

Lipødem er en tilstand med unormal ansamling av fett under huden, kjennes som små kuler i ertestørrelse. Det er et kriterium at fettansamlingen ikke står i forhold til fettfordeling ellers på kroppen. Det typiske bildet er en betydelig mengde fett samlet i begge legger, lår og eventuelt hofte og sete-parti. Men med en normal, langt slankere overkropp. Senere kan hele kroppen omfattes.

## SYMPTOMER OG TEGN

Sykdommen starter ofte ved hormonelle endringer i kroppen. Som bruk av hormonbasert prevensjon, pubertet, svangerskap og overgangsalder. Man blir gradvis fyldigere i ødemområdet. De første forandringene ses ofte rundt og bak over anklene, eller rundt rumpe og lår. Dette er svært individuelt. Etter hvert omfattes hele underkroppen, kan også oppstå i armer og resten av kroppen. Det er imidlertid karakteristisk at forandringene ikke



omfatter selve foten eller hånden. Fettfordelingen får posefasong, som om det er strikk rundt anklene og håndleddene. De første årene er huden helt normal, og det er ingen væskeansamling i bena. Tykkelsen avtar ikke når man ligger med bena høyt, slik som ved væskeansamling i bena. Fettet forsvinner heller ikke ved slanking. Dersom symptomene får utvikle seg

og fettmengden øker, kan dette ødelegge eller forstyrre både lymfesystemet og blodomløp. Økt ansamling av lymfe eller blodvæske vil da ytterligere øke omfanget av ekstremitetene.

## ØMHET OG SMERTER

De fleste med lipødem plages med smerter og ømhet i ødem-områdene. I tillegg oppleves naturlig nok tyngdefølelse og ubehag. Det er også vanlig å få blødninger (blåmerker) under huden. Tilstanden kan være kosmetisk svært sjenerende, og psykisk belastende. Mange rapporterer betydelig redusert livskvalitet.

## HJELP OG BEHANDLING:

Behandling for lipødem er i Norge i dag den samme som ved lymfødem. Kompresjonsplagg, bandasjering, pulsator og manuell lymfedrenasje.

En spesiell fettsugingsteknikk kan brukes for å fjerne de angrepne fettcellene. Det kan helbrede sykdommen.

Operasjonen hjelper uansett mot smerter, tyngdefølelse, gjør omkretsen mindre og letter presset på sirkulasjonssystemet.

Dessverre er det ikke alle som får denne operasjonen.

## SLIK MELDER DU DEG INN I NLLF

Fyll ut denne kupongen og send den til NLLF, Postboks 6304, 0604 Oslo, eller [www.nllf.no](http://www.nllf.no)

Navn: .....

Adresse: .....

Postnr./Sted: .....

E-postadresse: .....

Mobiltelefon: .....

Fødselsdato: .....

- Har primær lymfødem  
 Har sekundær lymfødem  
 Har lipødem

- Er fysioterapeut  
 Er husstandsmedlem

