


Vickie Van Besien

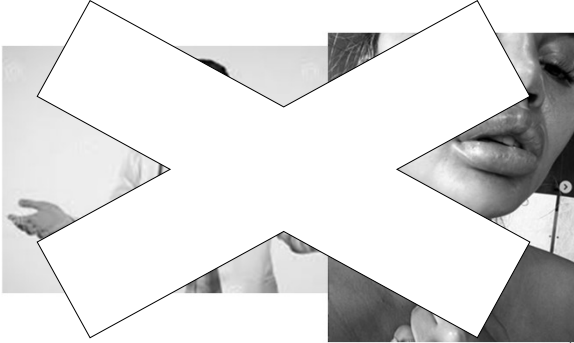
Lipoedeem

Kinesitherapeut lymfekliniek UZ Gent
Docent Ugent
Bestuurslid Oedema



1

LIPOEDEEM? WAT IS DAT?



2 / LYMFADAY UZ GENT 2024

2

- ▶ 2020: meest recente inzichten
- ▶ European best practice consensus on lipoedeem (2020) kwam tot stand na 2 grote Europese lipoedeem forums (2018 en 2019)



3 / LYMFADAY UZ GENT 2024


3

- ▶ Disproportionele vettoename: benen, buik, armen
- ▶ Voornamelijk vrouwen
- ▶ Erfelijke/genetische factor
- ▶ Gekende triggers voor ontstaan lipoedeem
 - ▶ Plotse gewichtstoename (zelfs hele lichte/geringe)
 - ▶ Stressfactor / traumatische gebeurtenis
 - ▶ Hormonale verandering (puberteit, zwangerschap, menopauze,...)


4 / LYMFADAY UZ GENT 2024

4

Wat denk jij? Wat is lipoedeem?



A



B

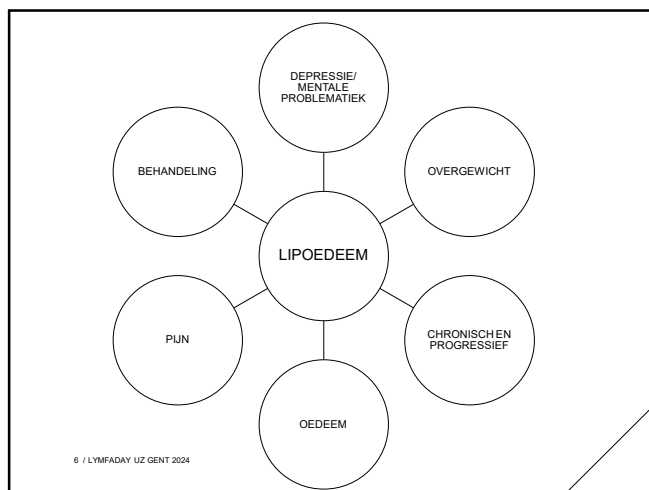


C

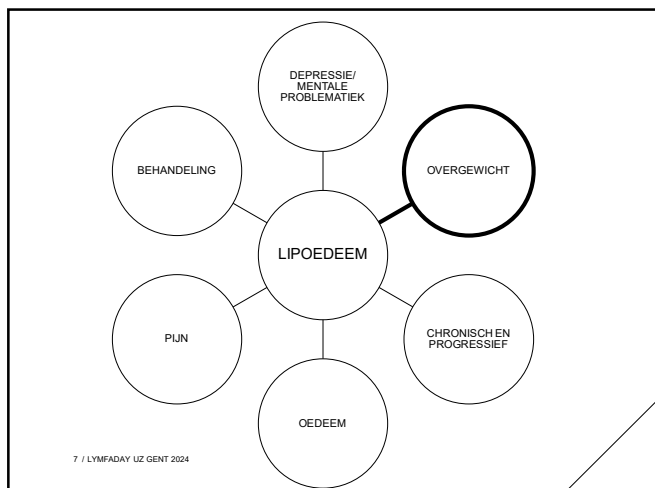


5 / LYMFADAY UZ GENT 2024

5



6



7

Lipoedeem maakt patiënten 'dik'?

- ▶ Lipoedeem zorgt voor algemene vettoename?
- ▶ Verhoogde BMI = lipoedeem?
- ▶ Patiënten zien hier geen vat op, is het progressieve karakter van lipoedeem?

▶ NIET WAAR!!!

8 / LYMFADAY UZ GENT 2024

8

Geen wetenschappelijke evidentie: geen pathofysiologische oorzaak gevonden.

Lipoedeem zorgt niet voor meer algemene en ongecontroleerde toename van vet.

Waarom zien we dan toch vaak overgewicht samen met lipoedeem?
Zware psychosociale factor
Vicieuze cirkel

9 / LYMFADAY UZ GENT 2024

9

Vruchteloze dieetpogingen

- Eetstoornissen
- Jojo- dieet

Sociaal schoonheidsideaal

- Laag zelfbeeld/ depressie

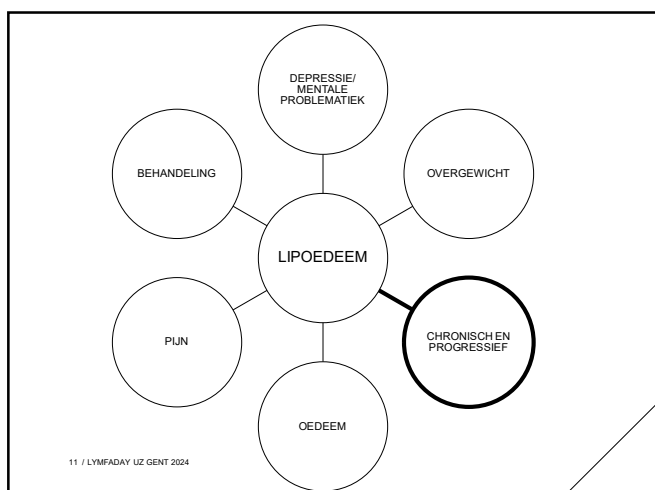
Blessures bij sportactiviteiten

- Verminderde activiteit

↑ Toename gewicht en ↑ BMI = overgewicht/ obesitas

10 / LYMFADAY UZ GENT 2024

10



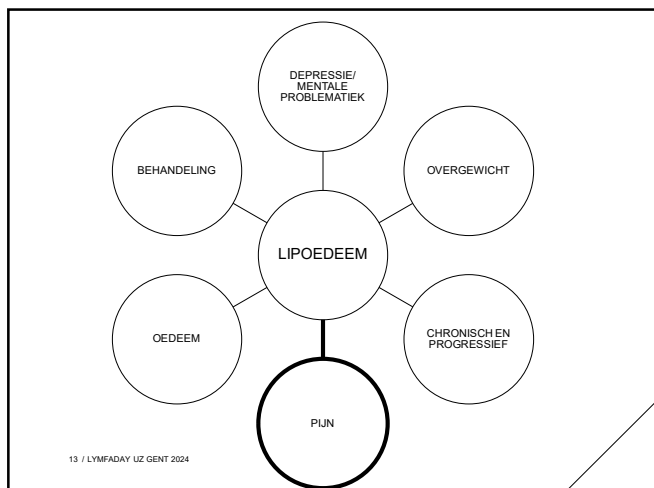
11

Lipoedeem is niet progressief

- ▶ Toename van lichaamsgewicht is progressief
- ▶ Lipoedeem wordt erger, door toename lichaamsgewicht
- ▶ Stabilisatie van lichaamsgewicht: zorgt voor stabilisatie van lipoedeem

12 / LYMFADAY UZ GENT 2024

12



13

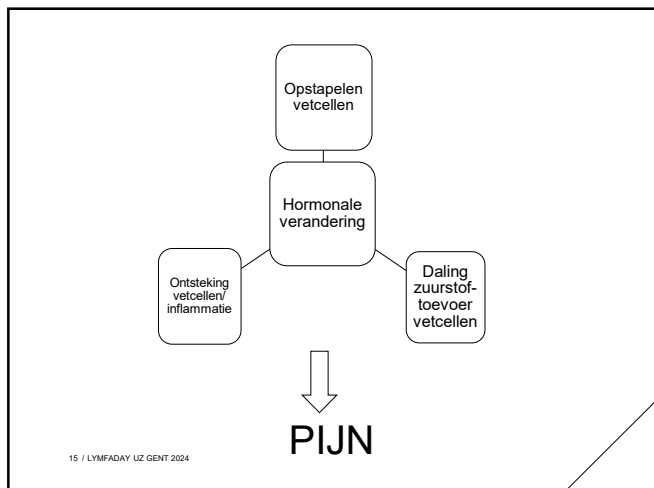
Lipoedeem doet pijn



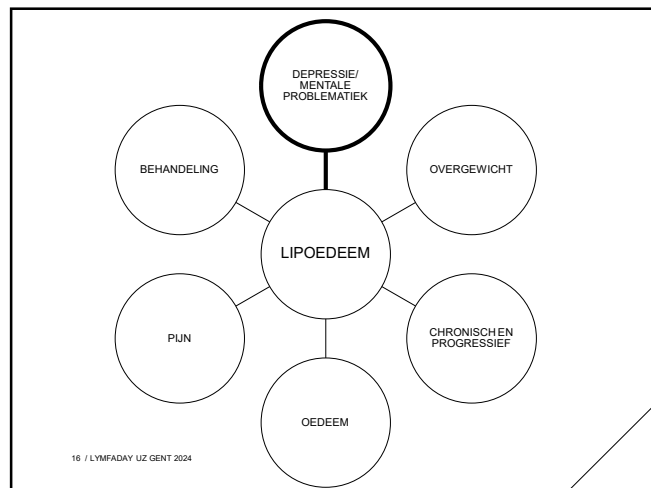
- ▶ Zwaartegevoel in benen
- ▶ Vermoeidheid in benen en algemene vermoeidheid
- ▶ Pijn bij externe druk of spontaan
- ▶ Snel blauwe plekken
- ▶ Probleem bij lopen door schuren huid
- ▶ Statiekafwijkingen met overbelasting knieën en enkels/voeten

14 / LYMFADAY UZ GENT 2024

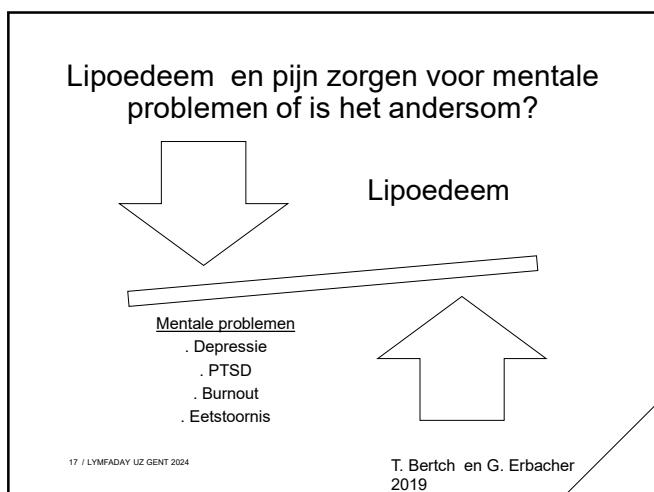
14



15




16



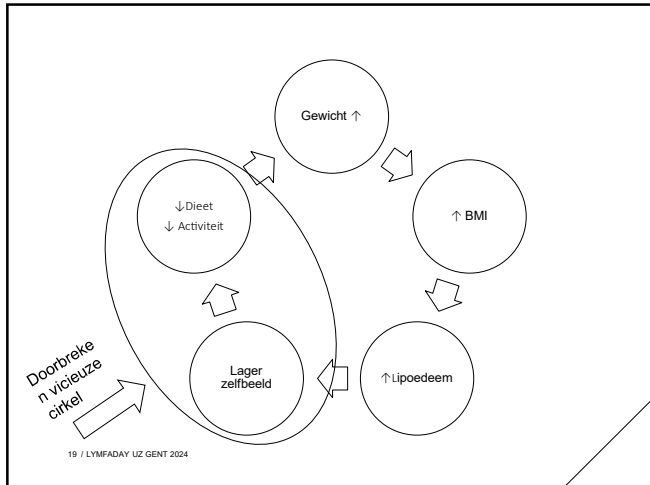
17

- ▶ Pijn-educatie is heel belangrijk in behandeling van pijnsymptomen bij lipoedeem
- ▶ Psychologische ondersteuning en begeleiding belangrijk
 - ▶ Stress, depressie,... zijn significant gecorreleerd aan pijn (VAS)
 - ▶ Emoties zorgen ervoor dat we meer pijn gewaarworden: centrale sensibilisatie
 - ▶ Psychologische factoren verhogen de inflammatoire reacties



18 / LYMFADAY UZ GENT 2024

18



19

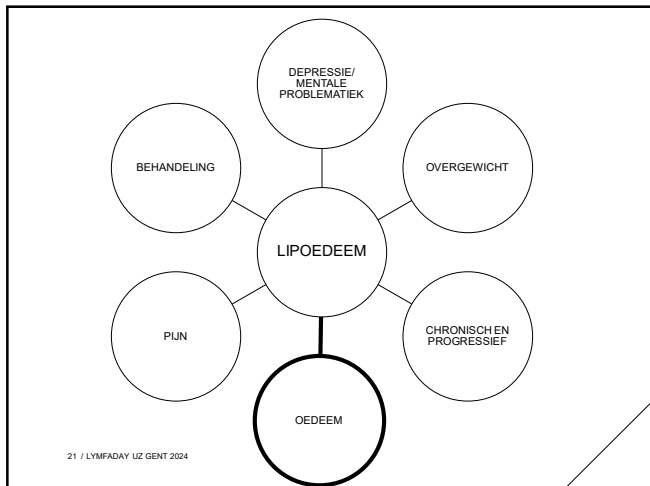
- ▶ Zoeken naar een permanente en blijvende oplossing/ levensverandering / stabilisatie
- ▶ Psychologische ondersteuning
 - ▶ Depressieve gedachten
 - ▶ Laag zelfbeeld
 - ▶ Eetstoornissen
- ▶ Gespecialiseerde begeleiding bij (her)opstart activiteiten: Graded activity
- ▶ Opstellen van realistische doelen.

- ▶ Educatie over lipoedeem.

Grote uitdaging!
Helaas groot risico op herval en falen van conservatieve begeleiding.
Chirurgie als oplossing?

20 / LYMFADAY UZ GENT 2024

20



21

Is er oedeem bij lipoedeem?

Echo onderbeen: zwart = vocht

Echo bovenbeen: geen vocht

Lymfoedeem onderbeen: pitting
Lipoedeem knie en bovenbeen: non pitting

JWC consensus document nov 2020

22 / LYMFADAY UZ GENT 2024

22

- ▶ Vroeger: idee dat er zwelling was van de vetcellen, vocht in de vetcellen
- ▶ Nu:
 - ▶ Disproportionele toename van aantal vetcellen,
 - ▶ geen vocht in de vetcellen
 - ▶ Wel toename van vet-necrose en anti-CD68+ (inflammatie)

ER IS GEEN OEDEEM BIJ ZUIVER LIPOEDEEM!

23 / LYMFADAY UZ GENT 2024

23

Lipoedeem is verwarrende en incorrecte naam

- ▶ Er is geen oedeem in lipoedeem
- ▶ Voorstel van Europese consensusgroep:

Lipalgie syndroom

- ▶ 'Lipos': Grieks voor vet
- ▶ 'Algos': Grieks voor pijn
- ▶ **PIJNLIJK VETSYNDROOM**

24 / LYMFADAY UZ GENT 2024

24

- ▶ Vaak voorkomend = secundair lymfoedeem bij lipoedeem
- ▶ Hypertrofie en meer vetcellen
- ▶ Verhoogde BMI
- ▶ Verhoogde druk op lymfevaten.
- ▶ Geen afwijking van de lymfevaten, enkel falen van de lymfevatpomp
- ▶ Lymfevaten gaan trager werken, vocht blijft staan

LIPALGIE SYNDROOM MET SECUNDAIR LYMFOEDEEM

25 / LYMFADAY UZ GENT 2024

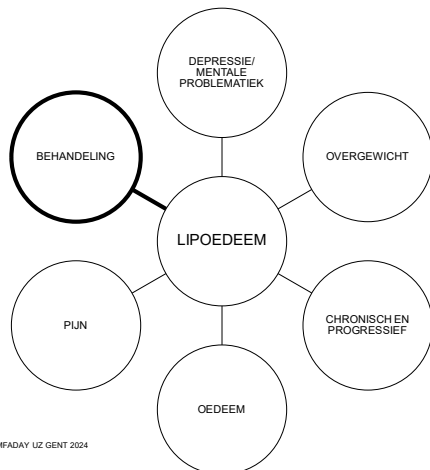
25

Differentiaal diagnose

- ▶ **Lymfoedeem:** vocht in het interstitium. Kan secundair voorkomen bij lipoedeem. Komt vooral voor op zichzelf zonder aanwezigheid van lipoedeem
- ▶ **Obesitas:** aandoening met globale vetophoping zonder klachten of pijn. Personen met lipoedeem hebben vaak obesitas (80%). Maar het zijn twee afzonderlijke aandoeningen.
- ▶ **Lipohypertrofie:** aandoening waarbij vetophopingen optreden in benen en soms in de armen, maar dit zonder pijn of andere klachten.

26 / LYMFADAY UZ GENT 2024

26



27 / LYMFADAY UZ GENT 2024

27

Behandeling van lipoedeem of Lipalgie syndroom

- ▶ **Conservatieve behandeling**
 - ▶ Oefentherapie
 - ▶ Compressie
 - ▶ Gewichtscontrole
 - ▶ Psychosociale begeleiding
 - ▶ Zelfmanagement
- ▶ **Chirurgische behandeling**
 - ▶ Liposuctie
 - ▶ Bariatrische chirurgie



28 / LYMFADAY UZ GENT 2024

28

Oefentherapie

- ▶ Verbeteren van dagelijks functioneren en fysieke activiteit
- ▶ Daling van inflammatie vetweefsel en dus vermindering van pijn
- ▶ Verbeteren van spierkracht en uithoudingsvermogen
- ▶ Progressief oefenprogramma onder supervisie. Individueel aangepast
- ▶ Rekening houden met impact op gewrichten (knie en voeten)

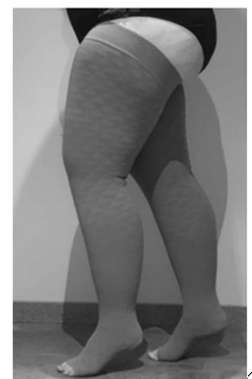


29 / LYMFADAY UZ GENT 2024

29

Compressietherapie

- ▶ Niet om te 'ontzwellen'
- ▶ Ontsteking vetweefsel zal dalen
- ▶ Betere bewegingsvrijheid omdat huid niet meer tegen elkaar schuurt
- ▶ **Steunkousen:** Vlakbrei/maatwerk CCL 2 of 3
 - ▶ Betere steun en werking
 - ▶ Panty
 - ▶ AG - AD
 - ▶ Capri-broek
 - ▶ Met of zonder voeten
- ▶ Ook pneumatische compressie wordt als positief ervaren en kan een meerwaarde bieden aan de behandeling



30 / LYMFADAY UZ GENT 2024

30

- ▶ Bij vermoeden of diagnose secundair lymfoedeem
- ▶ Klassieke decongestieve lymfatische therapie
 - ▶ Huidzorg
 - ▶ Oefentherapie
 - ▶ Eerst windelen en dan pas steunkousen



31 / LYMFADAY UZ GENT 2024

31

Gewichtscntrole en psychosociale begeleiding

- ▶ Educatie
 - ▶ Inzicht in ziekte
 - ▶ Inzicht in eigen rol binnen dit ziektepatroon
 - ▶ Inzicht in pijnmechanismen
- ▶ Multi disciplinaire samenwerking met
 - ▶ Diëtist
 - Lipoedeem is niet progressief, maar obesitas wel. Heel belangrijk om lichaamsgewicht onder controle en stabiel te houden
 - Vermijd jojo-diëten
 - Begeleiding is absoluut belangrijk
 - Controle en ondersteuning op lange termijn
 - ▶ Psycholoog of sociaal assistent
 - Zelfbeeld
 - Stress-management
 - Eetstoornissen

32 / LYMFADAY UZ GENT 2024

32

Zelfmanagement

- ▶ Patiënten moeten een **ACTIEVE** rol aannemen binnen de behandeling bij lipoedeem
- ▶ Gedragsveranderingen
- ▶ Levensstijlverandering
- ▶ Geloof in eigen waarde, capaciteiten om doelen te bereiken



33 / LYMFADAY UZ GENT 2024



33

Geen manuele lymfedrainage bij een patiënt met lipoedeem?



34 / LYMFADAY UZ GENT 2024

34

Geen Manuele lymfedrainage bij behandeling van lipoedeem

- ▶ Geen oedeem in lipoedeem = geen rationale voor MLD
- ▶ Geen significante wetenschappelijke evidentie voor nut en effect van MLD bij lipoedeem
- ▶ Veel patiënten rapporteren gunstig effect van MLD – waarom?
 - ▶ Aandacht en persoonlijke attentie
 - Voorschrijven van behandeling wil voor veel patiënten zeggen dat hun 'ziekte' eindelijk herkend en erkend wordt
 - aandacht zorgt voor betere mentale welbevinden
 - ▶ Gekende effecten van massage-therapie bij psychologische aandoeningen
 - Massage vermindert stress
 - Massage vermindert angst en depressie
- ▶ Massage voor verbeteren psychologisch welbevinden, niet voor oedeem, niet voor herstel of bevorderen werking van lymfevaten
- ▶ Opletten voor afhankelijkheid van therapie ↔ zelfmanagement

35 / LYMFADAY UZ GENT 2024

35

Conclusie European best practice consensus on lipoedeem (2020)

- ▶ Aangepaste diagnose
 - ▶ Disproportionele vetopstapeling
 - ▶ Gaat gepaard met pijn
 - ▶ Geen oedeem aanwezig
 - ▶ Geen progressieve aandoening als gewicht onder controle blijft
 - ▶ Gaat vaak gepaard met obesitas, maar is niet de oorzaak van obesitas
 - ▶ Gaat vaak gepaard met psychosociale klachten, deze kunnen reeds voor de start van lipoedeem aanwezig zijn

36 / LYMFADAY UZ GENT 2024

36

VICKIE VAN BESIEN
Kinesitherapeut
Bijdrager tot de fysiotherapie in UZ Gent

Universitair Ziekenhuis Gent
C. Heymanslaan 10 | B 9000 Gent
T +32 (0)9 332 21 11
E info@uzgent.be

www.uzgent.be
Volg ons op

