

## Protokoll Lymphstammtisch vom 26.08.2023

### Allgemeines

Liebe Mitglieder und Interessierte der Lymphödem Vereinigung Schweiz

Beim letzten Lymphstammtisch trafen sich ein paar Mitglieder, die von Lymphödemen betroffen sind. In unserer gemütlichen Runde haben wir uns intensiv mit verschiedenen Gesundheitsthemen auseinandergesetzt, insbesondere aber mit den rechtlichen Aspekten und der persönlichen Eigenverantwortung im medizinischen Kontext.

Anwesend waren:

- 1x Sekundäres Armlymphödem
- 2x Sekundäre Beinlymphödeme

Der Lymphstammtisch widmet sich regelmässig neuen Themen im Zusammenhang mit Lymphödemen. Bei unserem letzten Treffen haben wir uns daher ausführlich mit dem Thema "Lymphangiogenese" sowie einem weiteren bedeutenden Thema, nämlich den "Rechten der Patienten", beschäftigt.

Im folgenden Protokoll möchte ich die wichtigsten Eckpunkte dieser Diskussion zusammenfassen und sie allen zur Verfügung stellen.

- Die Lymphangiogenese: Ein Weg zur Heilung des Lymphsystems?
- Die Rechte der Patienten: Vorbereitung auf eine Operation optimal gestalten

Bitte beachtet, dass ich diese Informationen eigenständig recherchiert und zusammengefasst habe. Trotz sorgfältiger Arbeit bin ich nicht gegen mögliche Fehlinformationen oder Fehler immun. Viele dieser Erkenntnisse basieren auf Fachliteratur und Internetrecherche. Die Quellen dazu möchte ich euch Nennen, damit ihr selbst ein Bild von diesen Themen machen könnt.

Solltet ihr zusätzliche Informationen zu den folgenden Themen haben oder an einer Diskussion teilnehmen wollen, stehe ich euch gerne per E-Mail [marion.gasser@lv-schweiz.ch](mailto:marion.gasser@lv-schweiz.ch) zur Verfügung oder freue mich darauf, euch beim nächsten Lymphstammtisch zu sehen.

Ich wünsche euch nun viele neue und interessante Gedanken beim Lesen.

## Die Lymphangiogenese:

Ein Hoffnungsschimmer für die «Heilung» von Lymphödemen und die Entstehung von Gewebe, das als Fibrosen bekannt ist

Die Lymphangiogenese ist ein bedeutsamer biologischer Prozess, der bei der Heilung von Lymphödemen eine zentrale Rolle spielt. Sie führt zur Bildung von neuem Gewebe, das als Fibrosen bekannt ist. Diese Fibrosen sind ein natürlicher Bestandteil des Heilungsprozesses und sollten nicht bekämpft werden. Stattdessen ist es wichtig zu verstehen, wie sie gelockert werden können, da sie gelegentlich zu Verklebungen neigen.

### Lymphkapillaren im Gewebzwischenraum

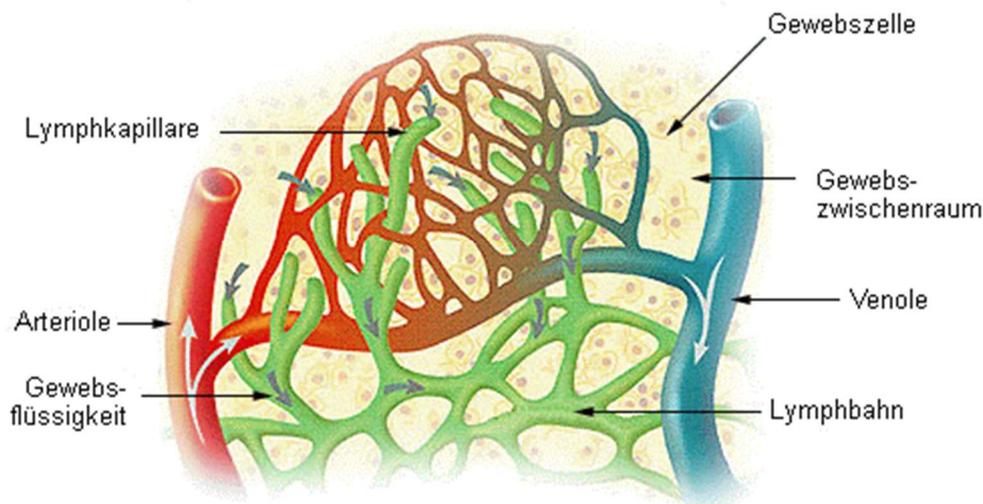


Bild: Überblick über Lymphkapillaren im Gewebzwischenraum

### Was ist Lymphangiogenese?

Die Lymphangiogenese ist der Prozess, bei dem neue Lymphgefäße (Lymphangiome) gebildet werden. Diese neuen Gefäße sind ein Schlüssel zur «Heilung» von Lymphödemen, da sie den Lymphfluss verbessern und die Ansammlung von Flüssigkeit im Gewebe reduzieren können.

### Bedeutung für die Heilung von Lymphödemen:

- 1. Linderung von Lymphödemen:** Die Bildung neuer Lymphgefäße durch die Lymphangiogenese kann dazu beitragen, Lymphödeme zu lindern oder sogar zu heilen, indem sie den normalen Lymphfluss wiederherstellen.
- 2. Entstehung von Fibrosen:** Als Teil des Heilungsprozesses können Fibrosen entstehen. Diese Gewebeveränderungen sind normal und ein natürlicher Schritt auf dem Weg zur Genesung.
- 3. Lockern der Fibrosen:** Obwohl Fibrosen normal sind, können sie manchmal verkleben und Beschwerden verursachen. Es ist wichtig zu wissen, wie sie gelockert werden können, um die Beweglichkeit und das Wohlbefinden zu fördern.

Die Lymphangiogenese ist somit ein vielversprechender Ansatz zur Heilung von Lymphödemen. Es ist entscheidend zu verstehen, dass die Bildung von Fibrosen ein natürlicher und positiver Schritt im Heilungsprozess ist und nicht bekämpft werden sollte. Stattdessen sollte der Fokus darauf liegen, Wege zu finden, um sie bei Bedarf zu lockern, um die Lebensqualität der Betroffenen zu verbessern.

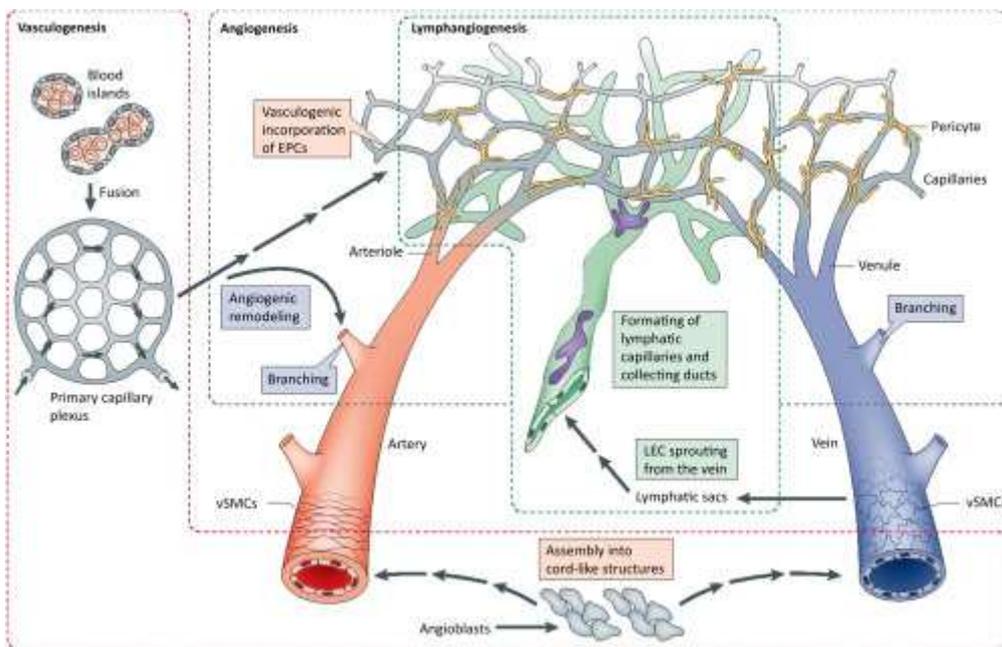


Bild: Betrachtung der Lymphangiogenese und des Blutkreislaufs

### Was genau passiert bei einer Lymphangiogenese?

1. **Initiation:** Die Lymphangiogenese beginnt oft als Reaktion auf eine Verletzung, Entzündung oder Krankheit. Bestimmte Signale, wie Wachstumsfaktoren und Zytokine, werden freigesetzt und aktivieren spezielle Zellen in der Nähe der verletzten Stelle.
2. **Aktivierung von Lymphendothelzellen:** Diese Signale aktivieren Lymphendothelzellen, die spezielle Zellen sind, die die innerste Schicht der Lymphgefäße auskleiden. Diese Zellen beginnen sich zu teilen und zu wachsen.
3. **Bildung von Lymphkapillaren:** Die Lymphendothelzellen organisieren sich, um neue Lymphkapillaren zu bilden. Diese Kapillaren sind dünnwandige Röhren, die Gewebeflüssigkeit und darin enthaltene Abfallprodukte aufnehmen.
4. **Transport von Lymphflüssigkeit:** Die neu gebildeten Lymphkapillaren sammeln die Gewebeflüssigkeit, Bakterien, Viren und andere Schadstoffe aus dem Gewebe und transportieren sie zu den Lymphknoten. Dort werden die Schadstoffe gefiltert und das Immunsystem kann sie bekämpfen.

### Was passiert, wenn das Lymphsystem verletzt wird?

Wenn das Lymphsystem durch Verletzungen, Operationen oder bestimmte medizinische Bedingungen beschädigt wird, kann es zu einer Lymphstauung kommen. Das bedeutet, dass die Lymphflüssigkeit nicht richtig abfließen kann. Dies kann zu Schwellungen, Infektionen und anderen Problemen führen.

In solchen Fällen kann die Lymphangiogenese eine positive Rolle spielen, da sie dazu beitragen kann, neue Lymphgefäße zu bilden und den Abfluss der Lymphflüssigkeit zu verbessern.

Die Geschwindigkeit der Lymphangiogenese, also des Umbaus oder der Bildung neuer Lymphgefäße, kann variieren und hängt von verschiedenen Faktoren ab. Im Allgemeinen verläuft die Lymphangiogenese langsamer im Vergleich zur Entstehung von Blutgefäßen, da Lymphgefäße normalerweise dünner und weniger verzweigt sind. Es kann mehrere Jahre dauern, bis die Lymphangiogenese erfolgreich abgeschlossen ist, und dieser Zeitrahmen ist von verschiedenen Faktoren beeinflusst.

Insgesamt ist die Lymphangiogenese ein wichtiger biologischer Prozess, der dazu beiträgt, den Körper gesund zu halten, indem er die Lymphflüssigkeit reguliert und das Immunsystem unterstützt.

## Unterschiede zwischen Primäre- und Sekundäre-Lymphödeme

### *Primäre Lymphödeme und die Lymphangiogenese:*

Primäre Lymphödeme sind genetisch bedingte Erkrankungen, bei denen die Lymphgefäße von Geburt an abnormal entwickelt sind. In diesem Fall ist die Lymphangiogenese möglicherweise nicht das Hauptthema, da die Probleme auf strukturelle Anomalien zurückzuführen sind, die von Geburt an vorhanden sind. Die Hauptforderung besteht darin, Symptome wie Schwellungen und Schmerzen zu bewältigen, indem der Lymphfluss so gut wie möglich optimiert wird. Dies kann durch spezialisierte Behandlungen, Kompressionsbekleidung und physikalische Therapie erreicht werden.

### *Sekundäre Lymphödeme und die Lymphangiogenese:*

Sekundäre Lymphödeme hingegen sind oft das Ergebnis von Verletzungen, Infektionen oder medizinischen Eingriffen, die die Lymphgefäße beeinträchtigen. In diesen Fällen kann die Lymphangiogenese eine entscheidende Rolle spielen. Bei sekundären Lymphödemem versucht der Körper, die durch die Schädigung verlorenen oder beeinträchtigten Lymphgefäße wiederherzustellen, indem er neue Lymphgefäße bildet. Dieser Prozess, wenn erfolgreich, kann die Symptome lindern und zur Heilung des Lymphödems beitragen.

Insgesamt ist es wichtig zu verstehen, dass die Bedeutung der Lymphangiogenese von der Art des Lymphödems abhängt. Primäre Lymphödeme erfordern in der Regel eine andere Herangehensweise als sekundäre Lymphödeme, und die Behandlung sollte auf die spezifischen Ursachen und Symptome zugeschnitten sein.

## Gute Freunde: Die unterstützende Rolle von Fibrosen im Heilungsprozess

Das fibrotisierte Gewebe, das durch den Prozess der Lymphangiogenese entsteht, spielt eine entscheidende Rolle im Heilungsprozess von Lymphödemem. Es dient als eine Art "Stützstruktur" für die neu gebildeten Lymphgefäße und hilft, den Lymphfluss zu stabilisieren und zu erleichtern. Es ist wichtig zu verstehen, dass diese fibrotisierten Bereiche keine pathologischen Narben sind, die entfernt werden müssen.

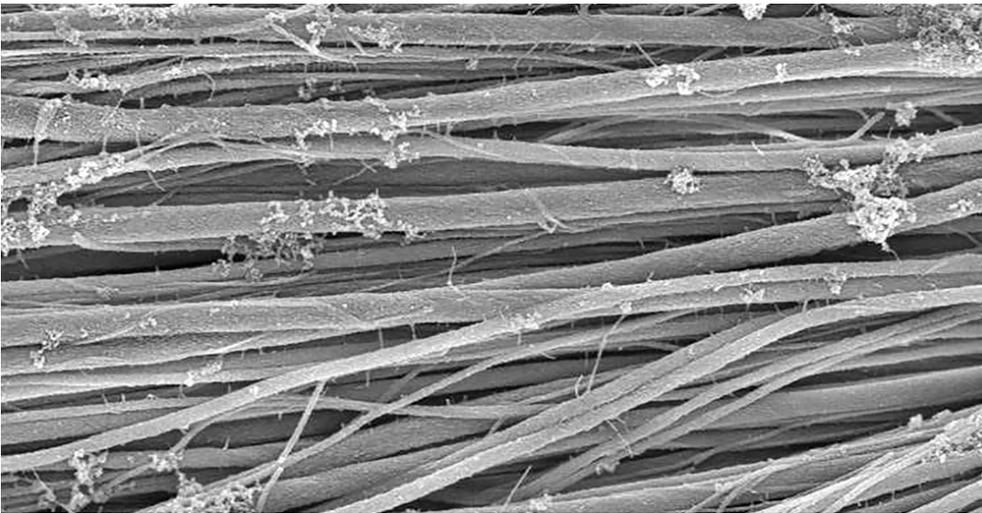


Bild: Kollagenfasern, welche das Gewebe stützen

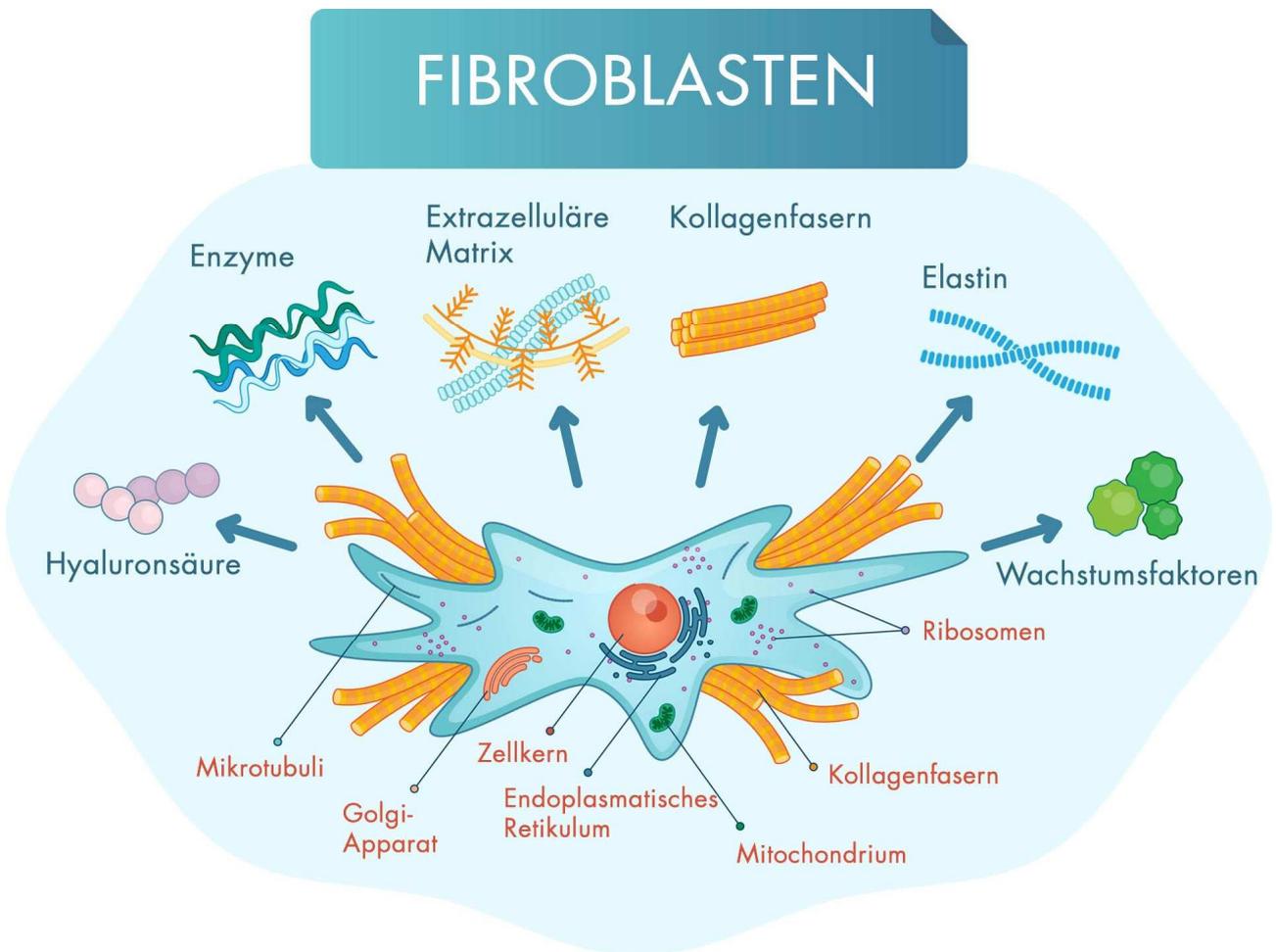


Bild: Aufbau von Fibroblasten

Hier sind einige Gründe, warum die Erhaltung dieses Gewebes wichtig ist:

1. **Funktionelle Unterstützung:** Die fibrotisierten Bereiche tragen dazu bei, die neu gebildeten Lymphgefäße funktional zu unterstützen. Sie bieten eine stabilisierende Struktur, die den Lymphfluss erleichtert und die Schwellungen reduziert.

2. **Wichtiger Bestandteil des Heilungsprozesses:** Das fibrotisierte Gewebe ist ein natürlicher Teil des Heilungsprozesses bei Lymphödemen. Wenn es entfernt wird, kann dies den Fortschritt der Lymphangiogenese behindern und den Erfolg der Behandlung gefährden.

3. **Vermeidung von Komplikationen:** Operative Entfernungsversuche des fibrotisierten Gewebes können zu Komplikationen führen, wie z.B. Infektionen oder erneuten Schädigungen der Lymphgefäße. Daher wird in der Regel empfohlen, von solchen Massnahmen abzusehen.

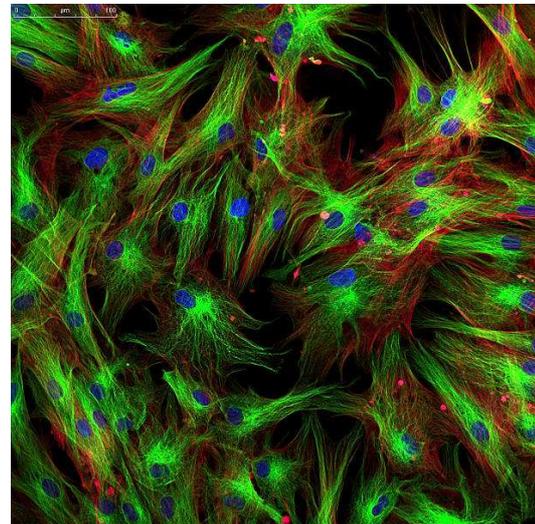
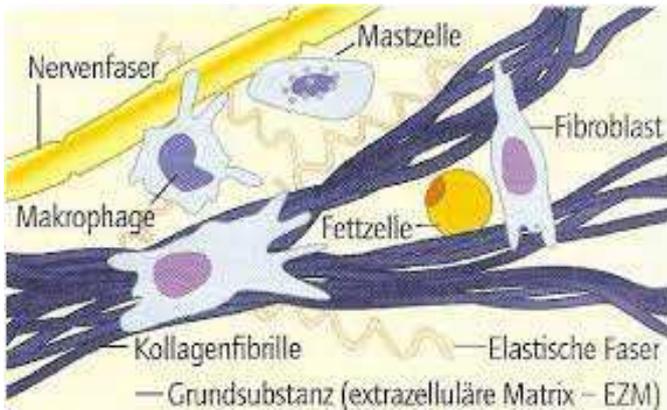


Bild links: Übersicht von Kollagenfasern und Fibroblasten

Bild rechts: Fibroblasten unter dem Mikroskop

Es ist wichtig, dass Patienten und Ärzte gleichermaßen verstehen, dass die Akzeptanz und die Erhaltung dieses fibrotisierten Gewebes ein integraler Teil des Heilungsprozesses bei Lymphödemen sind. Stattdessen sollte die Behandlung darauf abzielen, den Lymphfluss zu fördern, Entzündungen zu reduzieren und die Lebensqualität der Patienten zu verbessern, ohne dabei das wichtige fibrotisierte Gewebe zu beeinträchtigen. Dies erfordert eine sorgfältige Abstimmung der Behandlung mit einem erfahrenen Lymphödem-Spezialisten.

### Die Lymphangiogenese: Ein Neues Forschungsgebiet zur Erforschung von Lymphödemen

Es ist wichtig zu betonen, dass die Lymphangiogenese ein vergleichsweise neuer und aufregender Bereich der medizinischen Forschung ist. Dieser Prozess wird noch immer intensiv erforscht und beobachtet, da Wissenschaftler ständig nach neuen Erkenntnissen und Ansätzen zur Verbesserung der Behandlung von Lymphödemen suchen. Da unser Verständnis für die Mechanismen und die Bedeutung der Lymphangiogenese wächst, eröffnen sich auch neue Möglichkeiten zur Entwicklung von Therapien und Behandlungsstrategien.

Die fortwährende Forschung auf diesem Gebiet verspricht, unser Wissen zu vertiefen und letztendlich die Lebensqualität der von Lymphödemen betroffenen Personen weiter zu verbessern. Dies unterstreicht die Bedeutung von weiterer Zusammenarbeit zwischen Wissenschaftlern, Medizinern und Patienten, um die besten Ansätze zur Behandlung und Bewältigung von Lymphödemen zu entwickeln.

## Die Rechte der Patienten: Wie Sie sich optimal auf eine Operation vorbereiten

Ein interessiertes Mitglied unserer Gruppe hat zu diesem Thema «Die Rechte der Patienten» einige Unterlagen zum Lymphstammtisch mitgebracht, die ich in diesem Abschnitt für euch zusammenfassen möchte.

Es ist uns ein Anliegen, darüber zu informieren, wie Sie sich optimal auf Operationen, einschliesslich genereller chirurgischer Eingriffe, vorbereiten können, um fundierte Entscheidungen treffen zu können.

Das Thema Operationen bei Lymphödemen wird regelmässig in unserer Gruppe diskutiert. Bei diesen Eingriffen können Lymphknoten oder ganze Lymphgefässe transplantiert werden, wobei der Patient selbst als Spender dient. Bei jeder Operation ist es wichtig, dass der Patient sich bewusst über das Risiko-Nutzen-Profil im Klaren ist.

Schlussendlich spielt eine gute Arzt-Patienten-Kommunikation eine entscheidende Rolle. Der Patient sollte sich bewusst sein, dass er nur dann zustimmen kann, wenn er transparent über den medizinischen Eingriff und die daraus resultierenden Konsequenzen informiert wurde.

«Viele Patienten werden klein und fühlen sich hilflos, wenn sie einem Arzt gegenüberstehen. Plötzlich fällt es ihnen schwer, sich auszudrücken, sie vergessen, Fragen zu stellen, oder sie verzichten auf Einwände. Die Patienten heben damit den Arzt in eine übergeordnete und übermächtige Position: Nur er entscheidet über die Behandlung, einzig er weiss, was gut ist für seine Patienten, und er fällt seine Entscheidungen weitgehend allein.» So aus dem Buch, die Rechte des Patienten.

Einige Patienten neigen dazu, ihre Gesundheitsentscheidungen und Eigenverantwortung den Ärzten zu überlassen, da diese, wie zuvor beschrieben, oft in einer übergeordneten Rolle gesehen werden. Häufig verspüren Patienten die Notwendigkeit, dem Arzt zu gefallen und trauen sich nicht, medizinische Bewertungen und Behandlungsentscheidungen in Frage zu stellen. Dies geschieht aus Angst vor Zurückweisung, Unsicherheit oder der Sorge, als schwieriger Patient wahrgenommen zu werden.

Angst ist ein schlechter Ratgeber, und in der Medizin, insbesondere in der Präventionsmedizin, wird oft gezielt mit Ängsten gearbeitet, um die Patienten zu motivieren, ihr Verhalten in die gewünschte Medikation- oder Therapie-Richtung zu lenken.

Die Aussicht, mit den negativen Konsequenzen unseres Verhaltens konfrontiert zu werden, einschliesslich möglichen Tods oder Krankheit, erzeugt oft eine anhaltende oder kurzfristige Schockreaktion beim Patienten.

**Furchtappelle** sollten unsere Gesundheit dienen. Wir gehen davon aus, dass die Ärzte dies in bestem Wissen und Gewissen tun z.B. Prävention beim Rauchen oder bei Diabetes. Dennoch sollte man eine übermässige Anwendung von Angstappellen vermeiden, da solche Kommunikationsmethoden zwischen Arzt und Patient nicht immer optimal verlaufen, insbesondere wenn der Patient nach dem Nutzen-Risiko-Verhältnis fragt. Zum Beispiel: Wie viele Patienten wurden durch regelmässige Krebsvorsorgeuntersuchungen wie Mammographien oder PAP-Tests pro Jahr vor einer Erkrankung an Krebs bewahrt?

Viele medizinische Eingriffe und Untersuchungen werden heutzutage unnötigerweise durchgeführt, was die Gesundheitskosten in die Höhe treibt. Dies geschieht, da sowohl Patienten als auch Ärzte oft Schwierigkeiten haben, den Nutzen im Verhältnis zum Risiko angemessen einzuschätzen.

Quelle aus den Büchern: Psychologie in der Gynäkologie, Kapitel: Risikokommunikation in der Gynäkologie, und «Die Rechte der Patienten»

### Wissen und Informationen einzufordern ist eine Hohlschuld

Um nicht in Angst und Unsicherheit zu verfallen, ist es wichtig, dass wir als Patienten uns informieren und viele Fragen stellen. Auf diese Weise können wir die Situation besser einschätzen und verstehen, warum eine Operation oder Therapie bei Krebs oder anderen chirurgischen Eingriffen notwendig und hilfreich ist.

Das Buch "Die Rechte der Patienten" enthält eine hilfreiche Checkliste, die wir hier an dieser Stelle direkt übernommen haben:

#### Checkliste: So bereiten Sie sich gut auf eine Operation vor

- Wissen Sie, welche Operation durchgeführt wird und wie die Erfolgsaussichten sind? Ist sie wirklich nötig? Hat Sie der Arzt über Risiken und mögliche Komplikationen und deren Häufigkeit aufgeklärt? Gibt es alternative Therapien? Welche Vor- und Nachuntersuchungen sind nötig?
- Bei Unsicherheiten: Holen Sie bei einem weiteren Spezialisten eine Zweitmeinung ein.
- Notieren Sie vor dem Gespräch Ihre Fragen. Nehmen Sie zum Gespräch eine Vertrauensperson mit.
- Fragen Sie den Arzt: «Würden Sie selbst in einem ähnlichen Fall dasselbe machen oder es einem Ihrer Familienangehörigen empfehlen?»
- Welche Narkose wird man anwenden? Lokal- oder Vollnarkose? Was sind die Vorteile, welche die Risiken?
- Fragen Sie den Arzt, wie Ihre Behandlung voraussichtlich ablaufen wird, wann Sie das Spital wieder verlassen können und ob eine Erholungskur notwendig ist.
- Immer häufiger lassen sich Ärzte das Einverständnis zur Behandlung schriftlich geben. Auf diesem Papier sind die Risiken detailliert beschrieben. Verlangen Sie eine Kopie, und lesen Sie sie zu Hause in Ruhe durch. Haben Sie noch Fragen, lassen Sie sich diese vor dem Spitaleintritt beantworten.
- Fragen Sie Ihren Arzt, ob beim geplanten Eingriff eine Eigenblutspende möglich und sinnvoll ist.
- Fragen Sie, ob der Eingriff auch ambulant durchgeführt werden kann.
- Nehmen Sie sich Zeit für die Entscheidung. Verlangen Sie mindestens einen Tag Bedenkzeit.
- Teilen Sie Ihrem Arzt mit, welche Medikamente (auch Naturpräparate) Sie nehmen und welche Sie nicht vertragen. Tun Sie dies, auch wenn man Sie nicht danach fragt. Weisen Sie auf Allergien hin.
- Haben Sie eine Patientenverfügung? Wenn nicht, können Sie eine unterschreiben bzw. verfassen.

## Checkliste: Sind Sie vom Arzt ausreichend informiert worden?

Mit dieser Liste können Sie prüfen, ob der Arzt Sie korrekt informiert hat:

- Kennen Sie die einzelnen Untersuchungsergebnisse und Laborbefunde?
- Kennen Sie die Nachuntersuchungen, die nötig sein können?
- Wissen Sie über das Krankheitsbild, die Heilungsaussichten und den Krankheitsverlauf – mit oder ohne Therapie – Bescheid?
- Sind Sie über die vorgesehene Behandlung und allfällige alternativen Behandlungsmöglichkeiten im Bild?
- Kennen Sie die Heilungschancen der möglichen Behandlungsmethode?
- Bestehen verschiedene Anästhesiemöglichkeiten?
- Wissen Sie um Nebenwirkungen von Medikamenten sowie um Risiken von Untersuchungen, Behandlungen und Operationsmethoden?
- Wurden Sie über allfällige Nachbehandlungen, Schmerztherapien und mögliche Komplikationen informiert?
- Sind Sie über Kosten und Versicherungsfragen aufgeklärt? Diesbezüglich darf der Arzt Sie auch an Spezialisten verweisen, etwa an das Personal Ihrer Krankenkasse.

## Quellen und weitere Informationen zu den beschriebenen Themen:

Lymphangiogenese: <https://de.wikipedia.org/wiki/Lymphangiogenese> [17.09.2023]

Furchtappelle: <https://de.wikipedia.org/wiki/Furchtappell> [16.09.2023]

Buch Titel: Die Rechte der Patienten

Autor: Kurt Pfändler

Verlag: K-Tipp

Ausgabe: 2022

ISBN/ISSN: 978-3-907955-75-8

<https://www.schulthess.com/buchshop/detail/ISBN-9783907955758/Pfaendler-Kurt/Die-Rechte-der-Patienten>

Buch Titel: Psychologie in der Gynäkologie

Kapitel: Risikokommunikation in der Gynäkologie

Autorin: Odette Wegwarth

Verlag: Pabst Science Publishers

Ausgabe: 2014

ISBN: 978-3-89967-985-4