



## Protokoll Lymphstammtisch in Bern vom 28.03.2026

Auch an diesem zweiten Lymphstammtisch in diesem Jahr, welcher im schönen, frühlingshaften Bern – inklusive Schneesturm – stattfand, erstelle ich ein kleines Protokoll sowie ein Handout des Treffens. Damit sollen auch diejenigen, die nicht teilnehmen konnten, einen Einblick in die besprochenen Themen erhalten – insbesondere in die wichtige Thematik der richtigen Wundversorgung bei Lymphödemen.

### Anwesend:

2x primäres Lymphödem Beine  
3x sekundäres Lymphödem Bein/e  
1x sekundäres Genital Lymphödem  
1x sekundäres Arm Lymphödem  
1x Gast: Wundexpertin Viktorija Masholder  
Total: 8 Personen

### Vorab:

Der Lymphstammtisch war ein voller Erfolg – dank euch allen, die anwesend waren. Ein besonderer Dank gilt auch unserem Gast, Viktorija Masholder, Wundexpertin von ConvaTec, die mit ihrem Fachwissen den Austausch bereichert und wertvolle Unterstützung geleistet hat.

In unserer Gesellschaft existieren vielfältige Ängste – viele davon schwer in Worte zu fassen. Ängste vor engen oder dunklen Räumen, vor dem Alleinsein in der Dunkelheit oder auch vor Verletzungen – insbesondere bei Menschen mit einem Lymphödem, ist eine Verletzung am betroffenen Lymphödem Extremität eine zutiefst beunruhigende Vorstellung.

Dennoch gibt es Ängste, die ernst genommen werden sollten. Ein Lymphödem ist nicht nur eine körperliche Erkrankung, sondern auch mit erheblichen psychischen und emotionalen Belastungen verbunden. Dies wird auch in der aktuellen S3-Leitlinie berücksichtigt, welche empfiehlt, Betroffene aktiv in ihrer Lebenssituation zu unterstützen und ihre Lebensqualität gezielt zu verbessern.

Ich kenne Menschen mit Lymphödem, die aus Angst vor Verletzungen ihre Hobbys aufgegeben, Haustiere abgegeben oder sich weitgehend aus dem öffentlichen Leben zurückgezogen haben. Einige kontaktieren bei kleinsten Verletzungen – wie einem Mückenstich – den Notdienst oder versuchen, sich möglichst vollständig vor äusseren Einflüssen zu schützen.

Diese Ängste sind nachvollziehbar – insbesondere aufgrund der realen Gefahr von Infektionen wie dem **Erysipel**. Dennoch «Angst» kein guter Ratgeber. Auch wenn in Leitlinien häufig formuliert wird: „*Vermeiden Sie Verletzungen*“, handelt es sich dabei um eine gut gemeinte Empfehlung – jedoch nicht um eine realistisch vollständig umsetzbare Forderung.

Denn Verletzungen lassen sich im Alltag nicht vollständig vermeiden. Die entscheidende Frage ist daher nicht, **ob** sich jemand verletzt, sondern **wie** damit umgegangen wird.

Ein zentraler Ansatz liegt darin, Betroffene zu befähigen, Risiken selbst einschätzen zu können und im Falle einer Verletzung richtig zu reagieren – anstatt aus Angst das eigene Leben stark einzuschränken.

Auch im Rahmen der komplexen physikalischen Entstauungstherapie (KPE) können Verletzungen entstehen:

beispielsweise durch neue Schuhe (Blasenbildung), durch schlecht sitzende Kompressionsversorgungen oder durch Hautirritationen und Mikroverletzungen infolge von Reibung oder durch den Haftband.

Zudem kann es zu sogenannten Lymphfisteln kommen – kleinen Hautöffnungen, aus denen Lymphflüssigkeit austritt, teilweise in erheblichem Ausmass. Gleichzeitig kann trockene, rissige Haut eine Eintrittspforte für Bakterien darstellen, insbesondere für Streptokokken, welche ein Erysipel auslösen können.

Auch scheinbar kleine Ursachen – wie eingewachsene Nägel oder Haare – können schwerwiegende Infektionen nach sich ziehen. Darüber hinaus sind operative Eingriffe, etwa im Zusammenhang mit Gelenkersatz oder lymphchirurgischen Massnahmen, teilweise unvermeidbar und erfordern eine sorgfältige Wundversorgung über einen längeren Zeitraum.

Trotz dieser Vielzahl an möglichen Wundsituationen wird das Thema Wundversorgung im Kontext von Lymphödemen häufig nur unzureichend thematisiert.

Aus diesem Grund war es uns ein besonderes Anliegen, dieses Thema am Lymphstammtisch gezielt aufzugreifen «**Richtige Wundversorgung bei Lymphödem**» und Betroffene darüber zu informieren, was sie selbst aktiv tun können – insbesondere im Falle unvermeidbarer Verletzungen.

Unser Ziel als Verein ist es, die Lebensqualität der Betroffenen nachhaltig zu verbessern. Dies gelingt nicht durch zusätzliche «Angst und Verunsicherungen», sondern durch Wissen, Kompetenz und Selbstvertrauen im Umgang mit der eigenen Erkrankung.

## Check-in der Teilnehmern

Zu Beginn haben wir eine Vorstellungsrunde durchgeführt. Dabei erhielt jede Person die Möglichkeit, ihre wichtigsten Anliegen und Fragen rund um das Thema Lymphödem einzubringen.

Dieser Austausch war uns besonders wichtig, da die individuellen Fragestellungen der Betroffenen im gemeinsamen Rahmen gehört, verstanden und besprochen werden konnten.

Im Zentrum der Diskussion standen unter anderem Fragen zur Nachtversorgung sowie zur korrekten Verordnung von Kompressionsstrümpfen. Besonders häufig wurde die Frage gestellt, weshalb gewisse Kompressionsversorgungen – beispielsweise Rundstrickstrümpfe – nicht von den Krankenkassen übernommen werden.

Ebenso wurde thematisiert, weshalb sich Produkte verschiedener Hersteller unterscheiden und weshalb ein „Nachstrumpf“ nicht automatisch gleichwertig ist, auch wenn er auf den ersten Blick ähnlich erscheint.

Solche Unsicherheiten treten insbesondere dann auf, wenn Krankenkassen die Kostenübernahme für Hilfsmittel ablehnen oder einschränken.

## Klärung zur Kostenübernahme Kompressionsversorgung gemäss MiGeL

Zur Klärung haben wir gemeinsam einen Blick in die MiGeL (Mittel- und Gegenständeliste) geworfen und geprüft, welche Indikationen und Diagnosen für die Kostenübernahme relevant sind.

Dabei wurde deutlich:

Die Kostenübernahme hängt stark von der **diagnostischen Einstufung (Stadium)** ab.

- **Lymphödem Stadium I**
  - Rundstrickstrümpfe sind möglich
  - Limitation: maximal 2 Paar pro Jahr
- **Lymphödem Stadium II–III**
  - Rundstrick wird in der Regel **nicht mehr übernommen**
  - Indiziert sind **massgefertigte, flachgestrickte Versorgungen**
  - Mit korrekt formulierter Verordnung: **keine jährliche Limitation** (wichtig!)

Das bedeutet konkret:

Die Krankenkasse orientiert sich sehr strikt am **Stadium der Diagnose**.

- Stadium I → Rundstrick
- Stadium II–III → Flachstrick (Massanfertigung)

Warum diese Regelung so strikt ist, bleibt offen – in der Praxis hat sie jedoch grosse Auswirkungen auf Betroffene.

## Relevante Auszüge aus der MiGeL (Stand 01.07.2025)

### Allgemein:

„Mittel zur Kompressionstherapie umfassen Produkte zur therapeutischen äusseren Druckapplikation bei Venen- und Lymphabflussstörungen [...]“

### Position 17.02

Med. Kompressionsstrümpfe, rundgestrickt (KKL 2)

→ Limitation: Lymphödem Grad 1, maximal 2 Paar/Jahr

### Position 17.15

Kompressionsbandagen Massanfertigung, flachgestrickt

→ Lymphödem Grad 2–3

→ Mit ärztlicher Verordnung: **keine Limitation** (wichtig!)

Quelle: MiGeL BAG (Link einfügen)

## ⚠ **Wichtiger Hinweis zur Verordnung (häufige Stolperfalle!)**

In der Praxis zeigt sich eine zentrale Fehlerquelle:

👉 **Die Positionsnummer ist entscheidend – nicht die Bezeichnung!**

- Für Stadium I: **17.02**
- Für Stadium II–III: **17.15**

### **Wichtig:**

Die Positionsnummer muss **korrekt und passend zur Diagnose** auf der Verordnung stehen.

Warum ist das so wichtig?

Die Krankenkassen prüfen teilweise **wortwörtlich**.

Wenn z. B. „medizinische Kompressionsstrümpfe“ statt der in der MiGeL verwendeten Bezeichnung „Kompressionsbandagen Massanfertigung, flachgestrickt“ steht, kann dies bereits zur **Ablehnung** führen – selbst wenn medizinisch eigentlich alles korrekt wäre.

👉 Deshalb gilt in der Praxis:

**Orientiert euch immer an der Positionsnummer (z. B. 17.15) – sie ist zuverlässiger als die Bezeichnung.**

Oder einfacher gesagt:

Wie im Restaurant ist oft die **Menü-Nummer wichtiger als der Name**, damit auch wirklich das Richtige geliefert wird 😊

## **Realität in der Therapie**

In der praktischen Behandlung zeigt sich jedoch ein differenzierteres Bild:

Auch Rundstrickversorgungen oder **Mischformen aus Rund- und Flachstrick** können in bestimmten Situationen sinnvoll und therapeutisch angezeigt sein – werden jedoch nicht immer von der Krankenkasse übernommen.

Diese individuelle Anpassung lässt sich nur schwer in starre Systeme wie die MiGeL oder Leitlinien (z. B. S3) übertragen. Entsprechend stossen solche Lösungen im Alltag häufig an Grenzen – insbesondere bei Versicherungen.

## **Fazit aus dem Austausch**

In der Gruppe bestand Einigkeit:

Jedes Lymphödem ist individuell – und braucht auch individuelle Versorgungsansätze.

Starre Vorgaben können dieser Komplexität nur bedingt gerecht werden.

Umso wichtiger ist der Austausch unter Betroffenen.

Bereits nach kurzer Zeit zeigte sich, wie wertvoll dieser Austausch ist:

Die Teilnehmenden konnten ihre Anliegen einbringen und gemeinsam – getragen von der „Schwarmintelligenz“ – Lösungen und neue Perspektiven entwickeln.

## Weiterführende Informationen

Auf unserer Webseite findet ihr vertiefende Informationen zur korrekten Verordnung von massgefertigten Kompressionsstrümpfen sowie zur Manuellen Lymphdrainage (MLD) sowie weitere Informationen über die MiGeL:

Informationen über Verordnung und Rezeptvorlagen: <https://www.lv-schweiz.ch/krankenkasse>

Informationen über MiGeL: <https://www.lv-schweiz.ch/newsletter-24Nr-Sep-2024>

---

## Thema des Lymphstammtischs

Das zentrale Thema dieses Lymphstammtischs war: **„Richtige Wundversorgung bei Lymphödem“**

Nach über 10 Jahren Bestehen der Lymphödem Vereinigung Schweiz erschien es uns als konsequenter und notwendiger Schritt, diesem klinisch hochrelevanten und im Alltag oft unterschätzten Thema einen eigenen Schwerpunkt zu widmen. Gerade im Kontext chronischer Ödemerkrankungen kommt der Wundversorgung eine zentrale Bedeutung zu, da bereits kleinste Hautläsionen potenziell schwerwiegende Komplikationen nach sich ziehen können.

Als fachkundige Referentin durften wir **Viktorija Masholder von ConvaTec** begrüßen. Sie stellte uns das Thema auf Grundlage aktueller Erkenntnisse der modernen Wundversorgung vor und vermittelte praxisnahe sowie evidenzbasierte Ansätze. Ihre Ausführungen waren geprägt von hoher Fachkompetenz und grossem Engagement.

Im vorliegenden Handout und Protokoll werden die wichtigsten Inhalte zusammengefasst und für Betroffene sowie Interessierte strukturiert aufbereitet.

## Wundhygiene im Kontext des Lymphödems

Ein zentrales Eingangsthema war die Feststellung, dass **Hautverletzungen auch bei grösster Vorsicht im Alltag nicht vollständig vermeidbar sind**. Dies gilt insbesondere für Menschen mit Lymphödem, deren Haut häufig bereits durch die Grunderkrankung strukturell verändert und vulnerabel ist.

Im Erfahrungsaustausch innerhalb der Gruppe zeigte sich:

- Kleinere Verletzungen (z. B. durch Reibung, Druckstellen oder Bagatelltraumata) treten regelmässig auf
- Die Versorgung solcher Wunden im Zusammenspiel mit Kompressionsmaterial stellt eine besondere Herausforderung dar
- Konventionelle Pflaster sind häufig ungeeignet, da sie:
  - unter Kompressionsstrümpfen verrutschen
  - sich zusammenrollen
  - keinen ausreichenden Schutz vor externer Kontamination bieten

- Die Menge an Flüssigkeit durch Lymphfisteln nicht aufnehmen konnte

Gerade bei Lymphödem besteht ein erhöhtes Risiko für bakterielle Infektionen, insbesondere für **Erysipele (Wundrose)**, welche mitunter schwere Verläufe nehmen können und oft eine antibiotische Therapie erforderlich machen.

## Moderne Wundversorgung – differenzierter Ansatz

Die Firma **ConvaTec** ist ein international tätiges Unternehmen im Bereich der Entwicklung und Vermarktung medizinischer Produkte für die Behandlung chronischer Erkrankungen. Seit über fünf Jahrzehnten liegt ein Schwerpunkt auf der **phasengerechten Wundversorgung**.

Ein wesentlicher Punkt der Präsentation war die Erkenntnis:

**„Ein Pflaster ist nicht gleich ein Pflaster.“**

Moderne Wundauflagen unterscheiden sich grundlegend von klassischen Pflastern. Sie sind darauf ausgelegt:

- ein optimales, feuchtes Wundmilieu zu gewährleisten
- Exsudat (Wundflüssigkeit) zu managen
- die bakterielle Belastung zu reduzieren
- die physiologischen Heilungsprozesse gezielt zu unterstützen

Im Laufe der Jahre wurde das Produktspektrum kontinuierlich erweitert und umfasst heute unter anderem:

- spezialisierte Wundauflagen für unterschiedliche Wundphasen
- Hautschutzprodukte zur Prävention von Irritationen
- Pflasterentferner zur Schonung empfindlicher Haut

## Das Konzept der Wundhygiene: Vier zentrale Schritte

Die moderne Wundversorgung orientiert sich am strukturierten Konzept der **Wundhygiene**, welches aus vier essenziellen Komponenten besteht:

### 1. Reinigung und Spülung der Wunde

Die initiale Reinigung umfasst:

- die sorgfältige Spülung des Wundbettes
- die Reinigung der periwunden Haut

Hierfür werden geeignete Wundspüllösungen eingesetzt.

Bei klinischem Verdacht auf eine Infektion ist zusätzlich eine **Dekontamination mittels antimikrobieller Wundspüllösungen oder Antiseptika** indiziert. Ziel ist es, die mikrobielle Last zu reduzieren und insbesondere die Neubildung von Biofilm zu verhindern.

## Infobox: Biofilm – klinische Relevanz

Ein **Biofilm** bezeichnet eine komplex organisierte Gemeinschaft von Mikroorganismen, die in eine schützende Matrix eingebettet sind und auf der Wundoberfläche haften.

Klinische Bedeutung:

- Mikroorganismen im Biofilm sind deutlich resistenter gegenüber Antibiotika und Immunabwehr
- Biofilm ist in einem Grossteil chronischer und stagnierender Wunden nachweisbar
- Er stellt eine wesentliche Ursache für verzögerte oder ausbleibende Wundheilung dar

Konsequenz: Eine effektive Wundtherapie muss gezielt auf die **regelmässige Entfernung und Kontrolle von Biofilm** ausgerichtet sein.

## 2. Débridement

Unter Débridement versteht man die **gezielte Entfernung von avitalem Gewebe und störenden Wundbestandteilen**, darunter:

- Nekrosen
- fibrinöse Beläge
- Zelltrümmer
- Biofilm

Dieser Schritt ist essenziell und sollte **bei jedem Verbandwechsel** erfolgen, um ein sauberes und heilungsförderndes Wundmilieu aufrechtzuerhalten.

## 3. Behandlung des Wundrandes

Die Wundrandbehandlung umfasst:

- die Entfernung von Strukturen, die als Reservoir für Mikroorganismen dienen können (z. B. Hyperkeratosen, Beläge)
- die Anpassung des Wundrandniveaus an den Wundgrund

Ziel ist es, optimale Bedingungen für:

- die **Epithelisierung**
- die **Wundkontraktion**

zu schaffen und damit die physiologische Wundheilung aktiv zu fördern.

## 4. Auswahl des geeigneten Wundverbandes

Der abschliessende Schritt besteht in der Anwendung eines adäquaten Wundverbandes, idealerweise:

- mit **antimikrobiellen Eigenschaften**
- mit nachgewiesener **Anti-Biofilm-Wirkung**

Der Verband dient dazu:

- die Wunde vor externer Kontamination zu schützen
- ein stabiles Wundmilieu aufrechtzuerhalten
- den Wiederaufbau von Biofilm zu verhindern

Besondere Aufmerksamkeit ist bei Lymphödem-Betroffene auf die **Kombinierbarkeit mit Kompressionstherapie** zu legen.

## Zielsetzung und Bedeutung der Wundhygiene

Die konsequente und regelmässige Durchführung dieser vier Schritte verfolgt mehrere zentrale Ziele:

- Förderung und Erhalt eines physiologischen, heilungsfördernden Wundmilieus
- gezielte Kontrolle und Reduktion von Biofilm
- Verbesserung der Heilungsraten, insbesondere bei chronischen und stagnierenden Wunden

Darüber hinaus gilt:

- Das Konzept der Wundhygiene ist auf **alle Wundarten anwendbar**, zeigt jedoch insbesondere bei chronischen Wunden einen hohen Nutzen
- Die Durchführung erfolgt in der Regel durch **medizinisches Fachpersonal** im stationären oder ambulanten Setting
- Die einzelnen Massnahmen werden individuell an:
  - die Wundsituation
  - die Bedürfnisse der Betroffenen angepasst

Langfristige Zielsetzungen sind:

- eine Reduktion des Antibiotikaeinsatzes
- die Vermeidung von Komplikationen
- eine nachhaltige Verbesserung der Lebensqualität und des allgemeinen Wohlbefindens der Betroffenen

## Konkrete Anwendungsbeispiele für Wundpflaster bei Lymphödem

Am Lymphstammtisch wurden verschiedene Wundaufgaben vorgestellt, die sich besonders für Menschen mit Lymphödem eignen. Ein grosser Vorteil dieser Produkte ist, dass sie problemlos unter einem Kompressionsstrumpf getragen werden können, ohne zu verrutschen oder Druckstellen zu verursachen. Zudem können sie ärztlich verordnet und über die Apotheke bezogen werden.

### Kleine Verletzungen und Mückenstiche

Ein lauer Sommerabend, man sitzt draussen – und plötzlich sind sie da: die Mücken. Was viele nicht wissen: Auch durch den Kompressionsstrumpf hindurch können Stiche entstehen. Für Menschen mit Lymphödem ist das mehr als nur lästig, da die Haut zusätzlich belastet wird.

Für solche Situationen eignet sich ein dünnes, atmungsaktives und hautfreundliches Pflaster wie **FoamLite**. Nach der Desinfektion kann es direkt auf den Stich aufgebracht werden. Es haftet zuverlässig unter dem Kompressionsstrumpf, verrutscht nicht und bleibt auch über mehrere Tage hinweg angenehm zu tragen, bis die Haut sich wieder beruhigt hat.

🔗 Produktlink: <https://www.convatec.com/de-de/produkte/wundversorgung/wundart/pc-wound-diabetic-foot-ulcers/5e79f9ad-15a1-48f5-a980-b98b1d778508/>

### Blasen an den Füssen (Blasenbildung und Prophylaxe)

Blasen kennt fast jeder – beim Lymphödem können sie jedoch schnell zu einem ernstzunehmenden Thema werden. Neue Schuhe, längere Wege oder kleine Reibungen durch Nähte im Kompressionsstrumpf reichen oft bereits aus.

Zur Vorbeugung und Behandlung von Blasen hat Viktorija von ConvaTec den **Varihesive Extra dünn Hydrokolloidverband** empfohlen. Dieser eignet sich besonders gut zur Prophylaxe unter Kompressionsstrümpfen, da er sich flexibel anpasst, die Haut schützt und Reibung reduziert.

🔗 Produktlink: <https://www.convatec.com/de-de/wundversorgung/produktfinder/pc-finder-wound-skin-injury/varihesive-extra-dunn/>

Ergänzend kann bei bereits bestehenden oder stärker beanspruchten Stellen ein flexibler Silikon-Schaumverband wie **AQUACEL Foam Pro** eingesetzt werden. Dieser schützt die betroffene Stelle zuverlässig, passt sich gut an und bleibt auch unter Kompression stabil an Ort und Stelle. Zudem ist er wasserfest, kann mehrere Tage getragen und bei Bedarf individuell zugeschnitten werden.

🔗 Produktlink: <https://www.convatec.com/de-ch/produkte/wundversorgung/wundart/pc-wound-diabetic-foot-ulcers/8b817add-f70b-42b1-bb95-d1ada7fe6a45/>

## Versorgung bei Lymphfisteln – eine eindruckliche Demonstration

Ein Moment am Lymphstammtisch blieb besonders in Erinnerung:

Viktorija zeigte eine Wundauflage mit sehr hoher Aufnahmefähigkeit für stark nässende Wunden, wie sie bei Lymphfisteln auftreten können – den **ConvaMax Superabsorber**.

Was zunächst unscheinbar wirkte, wurde schnell eindrucklich:

Sie nahm ein Glas mit einer beträchtlichen Menge Flüssigkeit, legte die Wundauflage darauf – und drehte das Glas um.

Als Informatikerin ging mir in diesem Moment ehrlich gesagt kurz das Herz in die Hose – die Demonstration fand direkt über einem Laptop statt. Doch was dann passierte, war bemerkenswert: Die gesamte Flüssigkeit wurde in kürzester Zeit aufgenommen. Kein Tropfen lief aus.

Anschliessend wurde die Wundauflage in der Runde weitergegeben. Sie fühlte sich wie ein Kissen an – die Flüssigkeit war vollständig im Inneren gebunden. Selbst unter Druck, beim Zusammendrücken oder Verformen, trat nichts mehr aus.

Diese Erfahrung machte deutlich, wie leistungsfähig solche Auflagen sind. In der Praxis können sie unter einem leichten Druckverband oder direkt unter dem Kompressionsstrumpf getragen werden und bieten eine zuverlässige Lösung bei starkem Flüssigkeitsaustritt.

🔗 Produktlink: <https://www.convatec.com/de-ch/wundversorgung/campaign/convamax-superabsorber/>

## Versorgung nach chirurgischen Eingriffen

Auch operative Eingriffe im Bereich eines Lymphödems kommen vor und erfordern eine besonders sorgfältige Nachsorge. Die Wundheilung kann verzögert sein, da Haut und Gewebe anders reagieren.

Eine regelmässige, saubere Wundversorgung ist daher zentral. Ein Pflaster wie **AQUACEL Ag Foam** bietet hier mehrere Vorteile: Es passt sich gut an die Körperstelle an, schützt vor äusseren Einflüssen wie Bakterien und Viren, ist atmungsaktiv und gleichzeitig wasserfest.

Auch dieses Pflaster kann problemlos unter dem Kompressionsstrumpf getragen werden, ohne die Therapie zu beeinträchtigen.

🔗 Produktlink: <https://www.convatec.com/de-ch/produkte/wundversorgung/wundart/pc-wound-diabetic-foot-ulcers/6e2e1a85-6331-45e2-b1d6-2f42d7025a8c/>

---

Diese Beispiele zeigen: Mit der richtigen Wundversorgung lässt sich der Alltag mit Lymphödem deutlich besser bewältigen. Entscheidend ist, frühzeitig zu reagieren und die Versorgung an die jeweilige Situation anzupassen – manchmal sind es genau solche kleinen, aber wirkungsvollen Lösungen, die den Unterschied machen.