
Dziś jest dzień... Światowy Dzień Lipoedemii – fakty, eksperci i ciekawe informacje

Podkarpacki NFZ stawia na profilaktykę i zdrowie pacjentów. Chcemy obalać mity, wyjaśniać wątpliwości i pokazywać sprawdzone rozwiązania, które naprawdę pomagają. Regularnie przypominamy, jak ważna jest profilaktyka i wczesne wykrywanie chorób – to one często decydują o zdrowiu i długim życiu. W ramach cyklu „Dziś jest dzień...” przyglądamy się wybranym tematom związanym ze zdrowiem mieszkańców Podkarpacia.

18 maja to Światowy Dzień Lipoedemii

Choroba ta przez lata była mylona z otyłością lub problemami hormonalnymi. Wiele kobiet długo pozostaje bez właściwej diagnozy, mimo bólu i codziennych trudności. Na Podkarpaciu liczba osób z rozpoznaną chorobą jest liczona w tysiącach – **Rafał Śliż, rzecznik prasowy Podkarpackiego NFZ**. O tym jak rozpoznać objawy i gdzie szukać pomocy porozmawiam dziś z naszym Ekspertem, Panem **mgr Mariuszem Paśko D.O.**

Rafał Śliż: Czym właściwie jest lipoedema i dlaczego tak wiele kobiet przez lata nie słyszy właściwej diagnozy?

Mariusz Paśko: Lipodema to jest schorzenie tkanki łącznej podskórnej i to co często nawet lekarze czy pacjenci w jakiś sposób myślą się diagnozując to właśnie schorzenie, to mówią o problemie samej komórki tłuszczowej, a to jest problem tkanki łącznej podskórnej, która w jakimś stopniu zachowuje się chorobliwie i jest w takim permanentnym stanie zapalnym. Dlatego ta właśnie komórka tłuszczowa cierpi i się chorobliwie rozrasta ale tu chodzi bardziej o problem tkanki łącznej podskórnej niż samej komórki tłuszczowej, która się wtórnie w jakimś stopniu rozwija i staje się permanentnie zaburzana przez ten właśnie stan zapalny.

Rafał Śliż: Jakie objawy najczęściej są charakterystyczne? Na co zwrócić uwagę i kiedy powinniśmy czy powinni pacjenci trafić do specjalistów?

Mariusz Paśko: Tak, są takie objawy charakterystyczne, jeżeli chodzi o lipoedeme. Pierwszym takim objawem jest obrzęk symetryczny, obrzęk kolumnowy. Czyli dwie nogi są obrzęknięte najczęściej do linii poprzecznej pępka. Ten obrzęk też różniąc właśnie między innymi z otyłością jest też bolesny u większości pacjentek. Często powstają różne wynacznienia, zasinienia. Często stopa jest kompletnie odcięta od obrzęku, co też jest takim charakterystycznym objawem. I to są takie jakby cechy wspólne tego, że możemy to różnicować w kontekście z obrzękami limfatycznymi i otyłością.

Rafał Śliż: Dlaczego dieta i ćwiczenia, które generalnie i bardzo często przynoszą efekty, tutaj tych efektów nie przynoszą?

Mariusz Paśko: Tutaj oczywiście mamy problem znowu z tym permanentnym stanem zapalnym i ten tłuszcz w jakimś stopniu nie idzie na ćwiczenia fizyczne i w jakimś stopniu diety wszelakie nie potrafią go eliminować, ponieważ tu nie chodzi znowu o tą komórkę tłuszczową, tylko tę tkankę łączną. Tam

cały czas tli się stan zapalny, który w jakimś stopniu nie pozwala się przez układ limfatyczny i żylny oczyścić tej właśnie przestrzeni.

Rafał Śliż: Jak wygląda życie codzienne takich osób i z czym najczęściej borykają się pacjenci?

Mariusz Paśko: W związku z tym, że to są to problemy oczywiście przewlekłe, chroniczne tych pacjentek. Niestety oprócz aspektów fizycznych związanych z tym, że te pacjentki mają często nadruchość stawową, zaburzenia stawowe idące w problemy bólowe kolan, stóp, bioder, też mamy problemy no społeczne, emocjonalne tych pacjentów, ponieważ często one są w jakimś stopniu no wyjęte ze społeczeństwa. Bo tak możemy sobie to wyobrazić. To są takie dwie połówki jabłka u kobiet, czyli górna połówka bardzo szczupła, dolna połówka kompletnie inna, ta tkanka łączna nie trzyma tej komórki tłuszczowej.

W związku z tym kobiety bardzo mocno tego się wstydzą, a to ma swoje konsekwencje, jeżeli chodzi o udział w społeczeństwie, w społecznym życiu.

Rafał Śliż: Wsparcie, leczenie. Na co dzisiaj można liczyć?

Mariusz Paśko: Dzisiaj oczywiście mamy dwie dwa nurty. Leczenie zachowawcze i leczenie chirurgiczne. Leczenie zachowawcze stabilizuje tą chorobę. w jakim stopniu my tutaj podejmując pewne kroki możemy i musimy działać na różnych płaszczyznach, pomagać tym pacjentom w różnoraki sposób poprzez fizyczną pracę, manualną pracę, poprzez różne urządzenia, które w jakiś sposób będą pomagały oczyszczać się tej tkance łącznej, w której jest ta komórka tłuszczowa. Działamy też na kompresjoterapii, działamy też na takiej odzieży płaskodzianej i to wszystko łączymy w jedną całość, dając do tego oczywiście specyficzną dietę przeciwzapalną.

Jest też leczenie chirurgiczne, które w jakiś sposób będzie leczyło objawy, ale dalej niestety ten pacjent po leczeniu liposukcyjnym w lipedemii będzie musiał dalej pracować terapią zachowawczą, żeby utrzymać te efekty operacyjne.

Rafał Śliż: Ostatnie pytanie, chyba dość ważne. Co chciałby pan powiedzieć kobietom, które podejrzewają u siebie lipoedemę, ale wciąż z diagnozą zwlekają?

Mariusz Paśko: I to jest takie podstawowe pytanie, ponieważ my prowadzimy dosyć często konsultacje dla pań z lipoedemą i według badań ostatnich, amerykańskich badań stwierdzono, że w wieku od 12 do 15 lat to wtedy właśnie następuje pierwszy rzut choroby. Czyli dla mnie taką główną odpowiedzią na to właśnie pytanie jest w jakim stopniu uświadomienie tym pacjentom, że trzeba się zgłaszać jak najwcześniej, trzeba w jakiś sposób zaważać pierwsze symptomy. A jak wiemy, że jest to też podłoże genetyczne u tych pacjentek, to - jeżeli babcia chorowała, mama chorowała, to musimy zauważyć, czy te obrzęki stają się coraz bardziej kolumnowe u młodych dziewczyn, dojrzewających szczególnie, bo to jest taki pierwszy okres, gdzie nastąpi wzrost tych komórek tłuszczowych. Jeżeli to będzie bolesne, jeżeli w jakimś stopniu będzie odcinało nam stopy, czyli tych obrzęków nie będzie na stopach, będzie dużo wynaczynień, wtedy należy się zgłosić jak najwcześniej na dobrą diagnostykę, konsultację i już wtedy przechodzić pierwszą terapię.

Mam nadzieję, że ta rozmowa pomoże swoje objawy z większą uważnością i bez poczucia wstydu. Lipoedema to choroba, którą można diagnozować i skutecznie wspierać terapeutycznie, ale najważniejsza jest profilaktyka i wczesne rozpoznanie choroby – mówi **Rafał Śliż, rzecznik prasowy Podkarpackiego NFZ.**

Obejrzyjcie ciekawą rozmowę z naszym Ekspertem

Panem mgr Mariuszem Pańko D.O. 

<https://www.youtube.com/watch?v=YGgyNOZK1c&feature=youtu.be>



Ministerstwo Zdrowia **NFZ** Narodowy Fundusz Zdrowia
Podkarpacki Oddział Wojewódzki w Rzeszowie

18 maja

Światowy Dzień Lipoedemii

**Zwiększ świadomość
Wesprzyj. Zrozum. Działaj.**

Lipoedema to przewlekła choroba tkanki tłuszczowej, która dotyka głównie kobiet.

Objawy, których nie warto ignorować:

- bolesność, uczucie ciężkości
- łatwe powstawanie siniaków
- nieproporcjonalny rozrost tkanki tłuszczowej w nogach lub rękach

Szukaj wsparcia:

- Poradnia Podstawowej Opieki Zdrowotnej
- Gabinet Fizjoterapii

Dbaj o siebie każdego dnia:

- aktywność fizyczna
- zdrowa dieta,
- regularne kontrole u specjalisty

 www.nfz-rzeszow.pl  800 190 590 #PodkarpackiNFZ #SłuchajEksperta #DzisiajJestDzień