

Diagnoskod, Socialstyrelsen ICD-10-SE (WHO)
R60.0B Lipödem

Lipödem saknar en enhetlig definition, och beskrivs av TeamDercum enligt följande:

"En kronisk, ofta progredierande svullnad i fettvävnaden på vissa ställen på kroppen som orsakar smärta och en lokal underfunktion i fettvävnadens lymfkärl."

Diagnostiska kriterier för lipödem

- Sjukdomen anses ärftlig.
- Drabbar i stort sett bara kvinnor.
- Debuterar vid stor hormonell förändring (oftast puberteten, graviditet eller menopaus).
- Vid lipödem är Stemmers tecken negativt.
- Pittingödem förekommer minimalt (det blir en kvarstående avgjutning i fettvävnaden vid hårt tryck mot densamma)
- Ökad svullnad och spänningskänsla under senare delen av dagen/kvällen.
- Det finns en ökad vaskulär sårbarhet i fettvävnaden (kärlen mår dåligt), varför blåmärken och telangiectasier (små, tillväxta och vidgade kärl) lätt uppstår.
- Kall hud på drabbade områden på grund av störd mikrocirkulation.
- Lymfscintigrafi är normal vid lipödem, men vid stora lipödem som trycker mot underliggande lymfkärl kan man se lymfvätska läcka genom kärlväggarna.
- Asymmetrisk fördelning av underhudsfettet. Det är inte ovanligt att en person har storlek 38 på överkroppen och storlek 42 på underkroppen.
- Ödemet är symmetriskt höger och vänster kroppshalva (till skillnad från lymfödem).
- Hand- och fottryggar är smala och saknar ökad fettmassa.
- Smärta på lipödemengagerad fettvävnad.
- Lipom (fettceller som klumpat ihop sig) i fettvävnaden.
- Lipödem går inte att banta bort och strikt kost ger inte det resultat som personer utan lipödem får.
- Förekomst av psykisk ohälsa är högre hos personer med lipödem än hos den övriga populationen, visar pågående forskning.
- Vid lipödem stadie 2-3 ser man celluliter på stuss och ben.
- Blir hjälpt smärtmässigt och ödemmässigt av lättare kompression, samt av kompressionspumpsbehandling (till exempel lymfapress).

Fem typer av lipödem

De fem typerna har beskrivits av flera forskare och bestäms utifrån var fettvävnaden sitter enligt följande.

TYP 1 – Fettvävnaden sitter främst på stussen

TYP 2 – På stussen och benen ner till knäna.

TYP 3 – Hela nederdelen av kroppen, från stuss förutom fötterna har en ökad mängd fettvävnad

TYP 4 – Armarna, överarmar eller hela armarna, är påverkade.

TYP 5 – Mycket sällan förekommande. Endast vader-na är påverkade.

Tre olika stadier

Enligt Dr. Herbst beskriver dessa stadier främst hur huden förändras då sjukdomen försämras.

Stadie 1: Första stadiet, huden är len och ser normal ut, men fettvävnaden under har förtjockats och upplevs som "frozen peas in a bag". Många stannar upp i detta tillstånd för resten av livet. Andra övergår till Stadie 2.

Stadie 2: Huden har ändrat karaktär och utseende och de angripna områdena har fått ett "madrassliknande mönster".

Stadie 3: De drabbade områdena får en större och mer uttalad fettmassa. Vanligt med "överhäng", t.ex. vid knäna, överarmar och mage och rygg. I Stadie 3 försvåras ofta rörligheten alltmer på grund av den ökade fettvävnaden.

Behandling av lipödem

Nationella behandlingsriktlinjer för fettvävnadssjukdomar saknas fortfarande i Sverige. De beprövade terapiformerna för lymfödem har provats för lipödem med gott resultat. Dessa innefattar:

- Kompressionsmaterial
- Manuellt lymfdränage (MLD)
- Kompressionspumpbehandling med lymfapress
- Motion och träning
- Egenvård - Svenska Ödemförbundet har kurser i egenvård där bland annat egenbehandling ingår
- Kostråd vid behov.

Fysisk aktivitet

När det gäller motion och träning, bör varje person känna efter vad som passar bäst. Det finns inga restriktioner för olika typer av fysisk aktivitet så länge man känner sina egna gränser och har kunskap om hur träningen bör utföras.

Medicinering

Mediciner ges framför allt mot smärtan. Eftersom det inte finns orsakssamband om vad som orsakar sjukdomen så behandlas endast symptomen. Samma regler gäller, för utredningar och behandlingar, som vid långvarig smärta.