

Zatímco pojmy lymfedém a lymfodrenáž slýcháme poměrně často, slovo lipedém nám již tak povědomě nezní. Ovšem jen do chvíle, než vyslovíme jeho známější název: celulitida. Co má lymfedém společného s celulitidou? Můžou se vzájemně ovlivnit a jak je léčit? Text: Petra Dvořáková

Lymfedém je otok, který vzniká nahromaděním lymfy (tekutina kolující v lymfatických cévách, která se sbírá z celého těla a vrací se do krve) ve tkáni mimo buňky. Může se objevit prakticky kdekoli, nejčastěji na dolních končetinách, rukou, ale i genitálu nebo obličeji. Rozlišujeme lymfedém vrozený (primární) nebo získaný (sekundární). V případě získaného lymfedému bývá otok lokalizován v místě překážky, která brání odtoku. Typický je otok horní končetiny u žen, kterým byly při operaci prsu odstraněny lymfatické uzliny v podpaží a lymfa není dostatečně odváděna z končetiny. Oproti tomu lipedém (celulitida) vzniká jako atypické nahromadění tuku v některých tělesných partiích. Objevuje se takřka výhradně u žen, a to v souvislosti s ženskými hormony estrogeny, které ovlivňují propustnost kapilár a pružnost podkožního vaziva. V tkáních se vytvářejí shluky tuku uzavřené ve vazivových pouzdrech, které mají typický vzhled pomerančové kůže. V pokročilých stádiích se lipedém rozšiřuje z hýždí směrem dolů a může sahat až ke kotníkům a končetinu značně deformovat. Zbytnělá tuková ložiska postupně utlačují mízní systém a dochází k hromadění lymfy a rozvíjí se lipolymfedém.

Na co už sama nestačíte

Jak rozlíšíme, kdy se jedná o lipedém a kdy o lymfedém? Diagnostika je vždy na lékaři, přesto si sami můžeme všimnout některých rozdílů. Důležitým rozlišovacím znamením je symetrie otoku. U lipedému je oboustranně symetrický. Naopak u lymfedému tato symetrie pravidelně chybí a otok bývá v pokročilejším stádiu provázený ztuhnutým vazivem. A zatímco lymfedém bývá nebolestivý, lipedém může na pohmat bolet, často se při něm také vytvářejí modřiny.

Mnoho žen se snaží s lipedémem vyrovnat samo a přistupuje k němu především jako k estetickému problému. V lehčích případech pomáhají známé postupy, jako je úprava životosprávy, dostatek fyzického pohybu a masáže postižených míst.

Některé ženy se však celulitidy snaží zbavit i pomocí speciálních technik. Patří k nim i lymfodrenáže, kolem kterých se v souvislosti s celulitidou vytvořilo několik mýtů. Především ten, že lymfodrenáž je metoda určená primárně k léčbě celulitidy. Pravdou je, že zvýšení odtoku lymfy z určitých partií zlepšuje látkovou výměnu tkáně, a tím také zabráňuje vytváření tukových ložisek. Zapouzdřená tuková ložiska se však vlastní lymfodrenáží nerozpouštějí.

Problém nejen estetický

Je třeba si také uvědomit, že lipedém není problém pouze estetický, ale i zdravotní. Proto u celulitidy závažnějšího charakteru je vhodné léčebný postup konzultovat s lékařem. V případě lymfedému nebo lipolymfedému se používá kombinace manuální a přístrojové lymfodrenáže, přikládání zevní komprese, vhodná strava a cvičení a v některých případech lékař doporučuje i podávání venofarmak a enzymů.

Lymfedém a lipedém jsou problémy, které se mohou vzájemně zaměňovat a kombinovat. Ačkoli terapie je v mnoha bodech společná, přece jen vyžaduje přesnou diagnostiku, zvláště pokud se jedná o podávání léků. Standardně ale platí vyvážená strava, dostatek pohybu, masáže a ruční lymfodrenáž. Nezapomeňte, že podmínkou úspěšné léčby lymfedému i lipedému je vytrvalost a aktivní spolupráce při terapii.*

CELULITIDA, nebo OTOKY?