

25. März 2024

PRESSEMITTEILUNG

OTWorld 2024 – Unikate für gesunden Druck: Wie Kompressionsstrümpfe das Leben mit Lymphödem erleichtern

Pressedossier Lymphödem: Erfahrungsbericht Kathrin Rammin zur OTWorld 2024



Nachdem Kathrin Rammin im Jahr 2005 die Diagnose Gebärmutterhalskrebs erhielt, wurde sie innerhalb kurzer Zeit operiert, durchlief Chemotherapie und Bestrahlung. Bei dem Eingriff im Unterbauch wurden mit Gebärmutter und Gebärmutterhals auch Lymphknoten entfernt. Nach Abschluss der Behandlungen bemerkte die damals 34-Jährige eine zunehmende Schwellung im rechten Bein, von der Leiste bis in die Zehen, und schnell wurde klar: In Folge der Operation entwickelte sich ein

Lymphödem. Ihr Erfahrungsbericht zeigt, wie Hilfsmittel den Alltag mit der chronischen Erkrankung erleichtern.

Bereits seit 2006 geht Kathrin regelmäßig zur Lymphtherapie und trägt Kompressionsstrümpfe, konsequent jeden Tag. Einzige Ausnahme: Wenn das Bein für eine Behandlung nackt sein muss. Ansonsten gehört die Routine dazu „wie das Zähneputzen. Auch wenn es anstrengend ist, da morgens reinzukommen. Ich schaffe das mittlerweile in etwa zwei Minuten“, erklärt Kathrin Rammin. Was sie schätzt: Das Gefühl von Sicherheit und die positiven Auswirkungen des Kompressionsstrumpfs, der Druck auf das Gewebe ausübt, den Lymphabfluss fördert und die Schwellung reduziert. Sie weiß allerdings auch, wie es ist, wenn der Kompressionsstrumpf nicht richtig sitzt: „Dann rutscht der genauso wie eine schlechtsitzende Strumpfhose, schnürt die Kniekehle ab, liegt beispielsweise zu eng am Knöchel, wirft Falten, scheuert und führt im schlimmsten Fall zu offenen Stellen“, erzählt sie. Da bei einem Lymphödem das lymphatische System gestört ist, sind Verletzungen und Entzündungen besonders riskant. „Für die optimale Anpassung braucht es Fachwissen und vor allem die Geduld, so lange nach zu justieren bis es passt“, so Kathrin.

Genauso wichtig wie die richtige Beratung: das Probetragen

Die für sie optimale Betreuung findet Kathrin seit 2015 bei der Schritt für Schritt GmbH und Orthopädietechnik-Meister Stephan Klör, den sie lachend ihren „Bestrumpfungsmann“ nennt. Zwei Mal im Jahr misst er beide Beine komplett aus, jeden Zeh und jede Falte, damit anhand der Daten ein neuer Kompressionsstrumpf gefertigt werden kann – ein Unikat, das perfekt zu Kathrins individuellen Anforderungen passt. Derzeit trägt sie am rechten Bein einen Leistenstrumpf mit Zehenkappen und darüber eine komplette Kompressionsstrumpfhose über beide Beine, sodass das rechte Bein zwar stärker komprimiert wird, sie im Zusammenspiel beider Beine aber ein ausgewogenes Gefühl hat. Die Zehenkappen helfen zudem gegen den Lymphstau in einzelnen Zehen. Dass die Hilfsmittel Kathrins ganz persönlichen Bedarf entsprechen, ist dem Orthopädietechniker-Meister zu verdanken, der genau nachfragt, seine Expertise und Erfahrung einbringt und sich mit dem Hersteller der flachgestrickten Kompressionsstrümpfe über individuelle Anforderungen austauscht. Worauf er besonderen Wert legt: das Probetragen. „Nach eingehender Erstberatung, Anamnese und dem Vermessen spielt das Anprobieren eine entscheidende Rolle – erst wenn der Strumpf unter Spannung auf dem Körper aufliegt und sich allen Rundungen anpasst, merkt die jeweilige Patientin, ob jeder Druckverstärker und jede Pelotte an der richtigen Stelle ist, ob alles sitzt.“ Entsprechend wichtig ist es

ihm, dass auch Kathrin jeden neuen Kompressionsstrumpf intensiv probeträgt und mehrmals wäscht. Sollte etwas nicht passen, wird beim Hersteller neu gestrickt – immerhin begleitet die Maßanfertigung Kathrin durch ihren gesamten Alltag, zur Arbeit genauso wie zum Fahrradfahren, zu den Hunderunden oder langen Spaziergängen, zum Skifahren, Schwimmen und seit Kurzem auch zum Yoga.

Maßgefertigte Anpassung an Veränderungen der Körpermaße

Beim Vermessen achtet Stephan Klör darauf, die Beine stets an genau denselben Stellen zu messen, um die Werte vergleichen zu können. So werden auffällige Veränderungen dokumentiert, die es beispielsweise nach den Operationen gab, um die sich Kathrin Rammin in den vergangenen Jahren bemüht hat. Denn eins ist für sie schon lange klar: „Da muss noch mehr passieren, als einmal pro Woche zur Lymphdrainage zu gehen.“ Immer wieder ging sie daher mit Ärzten ins Gespräch und unterzog sich im Jahr 2014 einer Lymphgefäßtransplantation. Dabei wurden Lymphgefäße aus dem Magen-Darm-Bereich an den Fußknöchel transplantiert und eine Lymphbahn vom linken ins rechte Bein verschoben. Dieser sowie ein weiterer Eingriff im Jahr 2019 und eine konsequente Ernährungsumstellung führten jeweils zur sicht- und messbaren Reduzierung des Beinumfangs – und zur entsprechenden Anpassung ihrer Kompressionsbestrumpfung.

Hilfe für möglichst viele Betroffene

Kathrin Rammin sieht sich noch lange nicht am Ende dieser Reise und war dieses Jahr bereits zur Voruntersuchung für einen weiteren Eingriff, der die Gesundheit ihres Beines weiter verbessern soll. Darüber hinaus will sie ihre Erfahrungen teilen, mit ihrem angeeigneten Wissen aufklären und ist dafür zusammen mit Stephan Klör regelmäßig bei Kongressen unterwegs. Ihr gemeinsames Ziel: Sie wollen dem Thema Gehör verschaffen, langfristig Verbesserungen in der Behandlung der Erkrankung anstoßen und damit möglichst vielen Betroffenen helfen.

Wie Patienten wie Kathrin Rammin in Zukunft weltweit versorgt werden können, zeigen Experten aus Medizin, Orthopädie-Technik und Physiotherapie sowie Hersteller zu Weltkongress und internationaler Fachmesse OTWorld vom 14. bis 17. Mai 2024 in Leipzig.

Kathrin Rammin steht während und im Anschluss an den Presserundgang zur OTWorld am 14. Mai 2024 für Fragen zur Verfügung.

Lymphödem in Zahlen und Fakten

Das Lymphödem ist eine chronische Erkrankung, bei der das lymphatische System

gestört ist – neben dem Blutkreislauf das wichtigste Transportsystem im menschlichen Körper. In Deutschland sollen 1,8 Prozent der erwachsenen Durchschnittsbevölkerung von einem manifesten Lymphödem der Beine betroffen sein (Prof. Dr. M. Stücker in eurocom e.V.: „Medizinische Kompressionstherapie richtig verordnen. Ein Überblick für Ärzte“, 2021). Über die Gesetzlichen Krankenkassen wurden laut GKV-Spitzenverband im Jahr 2022 knapp drei Millionen Hilfsmittel zur Kompressionstherapie abgerechnet.

Fotomaterial Download [hier](#).

Bildunterschriften:

Abb. 1 Ob Fahrradfahren, Hunderunden oder Spaziergänge, Skifahren, Schwimmen und seit Kurzem auch zum Yoga – mit der maßgefertigten Hilfsmittelversorgung ist Kathrin Rammin trotz Lymphödem mobil. Foto: SchrittFürSchritt/Barwich-Foto-Film

Abb. 2 Orthopädietechniker-Meister Stephan Klör überprüft den Sitz der Kompressionsbestrumpfung. Foto: SchrittFürSchritt/Barwich-Foto-Film

Abb. 3 Orthopädietechniker-Meister Stephan Klör misst den Beinumfang für die fachgerechte Versorgung von Kathrin Rammin mit Kompressionsstrümpfen. Foto: SchrittFürSchritt/Barwich-Foto-Film

Abb. 4 Orthopädietechnik-Meister Stephan Klör legt viel Wert auf das Probetragen der Kompressionsbestrumpfung. Foto: SchrittFürSchritt/Barwich-Foto-Film

Abb. 5 Katrin Rammin braucht nur 2 Minuten, um ihre maßgefertigten Kompressionsstrümpfe anzuziehen. Foto: SchrittFürSchritt/Barwich-Foto-Film

[Ansprechpartner für die Presse:](#)

Ruth Justen • stellv. Pressesprecherin des Bundesinnungsverband für Orthopädie-Technik

Bildmaterial steht Journalisten im Multimediabereich der OTWorld zur Verfügung.

Reinoldistr. 7 -9 • 44135 Dortmund • Telefon: +49 151 28052860 • E-Mail: ruth.justen@biv-ot.org

[Über die OTWorld - #otworld24:](#)

Die OTWorld ist der größte und international führende Branchentreffpunkt für alle Hersteller, Händler und Leistungserbringer in der modernen Hilfsmittelversorgung. Die Internationale Fachmesse und der Weltkongress OTWorld wenden sich mit einem einzigartigen Angebot an Orthopädie-Techniker, Orthopädie-Schuhtechniker, Reha-Techniker, Therapeuten und Ärzte, Ingenieure, den medizinischen Fachhandel und Mitarbeiter der Kostenträger. Ideeller Träger der OTWorld ist der Bundesinnungsverband für Orthopädie-Technik (BIV-OT). Inhaber der Marke OTWorld und Veranstalter des Kongresses ist die Confairmed GmbH. Die Fachmesse verantwortet die Leipziger Messe GmbH. Die nächste OTWorld findet vom 14. bis 17. Mai 2024 statt.

Über die Leipziger Messe:

Die Leipziger Messe gehört zu den zehn führenden deutschen Messegesellschaften und den Top 50 weltweit. Sie führt Veranstaltungen in Leipzig und an verschiedenen Standorten im In- und Ausland durch. Mit den fünf Tochtergesellschaften, dem Congress Center Leipzig (CCL) und der KONGRESSHALLE am Zoo Leipzig bildet die Leipziger Messe als umfassender Dienstleister die gesamte Kette des Veranstaltungsgeschäfts ab. Dank dieses Angebots kürten Kunden und Besucher die Leipziger Messe 2022 – zum neunten Mal in Folge – zum Service-Champion der Messebranche in Deutschlands größtem Service-Ranking. Der Messeplatz Leipzig umfasst eine Ausstellungsfläche von 111.900 m² und ein Freigelände von 70.000 m². Jährlich finden mehr als 270 Veranstaltungen – Messen, Ausstellungen und Kongresse – statt. Als erste deutsche Messegesellschaft wurde Leipzig nach Green Globe Standards zertifiziert. Ein Leitmotiv des unternehmerischen Handelns der Leipziger Messe ist die Nachhaltigkeit.

Über den Bundesinnungsverband für Orthopädie-Technik:

Der Bundesinnungsverband für Orthopädie-Technik (BIV-OT) vertritt als Spitzenverband mehr als 4.500 Sanitätshäuser und orthopädie-technische Werkstätten mit über 45.000 Beschäftigten, die mehr als 25 Millionen Hilfsmittelversorgungen in Deutschland pro Jahr in mehr als 30 Bereichen verantworten.