

Die lymphologischen Selbstbehandlungsmaßnahmen im Alltag.

Je mehr, desto....

Am Ende der lymphologischen Rehabilitation wird den Patienten empfohlen im Alltag die Selbstbehandlungsmaßnahmen konsequent weiter durchzuführen. Das heißt, in der Nacht zu bandagieren und bei Tag die Kompressionsstrümpfe zu tragen. Ungeklärt ist die Frage, wieviel an Selbstbehandlungsmaßnahmen im Einzelfall tatsächlich notwendig sind, um die erreichten Therapieergebnisse zu erhalten bzw. weiter zu verbessern. Um diese Frage zu beantworten, haben sich, trotz des hohen Aufwandes, 14 Patienten dankenswerterweise bereit erklärt, über einen Zeitraum von 7 Monaten die Selbstbehandlungsmaßnahmen zeitnah zu dokumentieren.

Ergebnisse:

Die Standardempfehlung zu den Selbstbehandlungsmaßnahmen bleibt aufrecht. Allerdings sind die Ergebnisse nicht so eindeutig wie zu erwarten gewesen wäre. In der Studie zeigt sich ein Zusammenhang zwischen der Gewichts- und Ödemzunahme. Diesbezüglich kann man davon ausgehen, dass ein Mehr an Selbstbehandlungsmaßnahmen nicht automatisch zu besseren Ergebnissen führt. Auch ein gesunder Lebensstil scheint von Bedeutung zu sein. Dazu zählt im Besonderen das Ernährungs- und Bewegungsverhalten.

Bei 7 Patienten verschlechterte sich im Beobachtungszeitraum die psychische Verfassung (erhöhte Angst und Depressivität). Ungeklärt ist die Frage, ob eine erhöhte psychische Belastung dafür verantwortlich ist, dass schlechtere Therapieergebnisse erzielt werden, oder ob ein individuell zuviel an Selbstbehandlungsmaßnahmen zu einer Erhöhung der psychischen Belastung führt.

Letztendlich bestätigen die Ergebnisse, dass nur ein ganzheitliches Behandlungsmodell den Lebensumständen der Patienten gerecht wird. Weitere Untersuchungen sind notwendig, um die komplexen bio-psycho-sozialen Zusammenhänge und Wechselwirkungen bei LymphödempatientInnen zu klären.