ECO n GOOD

Wittlinger

Therapie · Reha · Ausbildung

LIPÖDEM

Krankheit & Behandlung

EIN LIPÖDEM IST EINE CHRONISCHE ERKRANKUNG, BEI DER ES ZU EINER SCHMERZHAFTEN, SYMMETRISCHEN FETTVERTEILUNGSSTÖRUNG KOMMT.

EDITORIAL

Dr. Katrin Wittlinger
Ärztin für Allgemeinmedizin, Fachärztin für Physikalische Medizin in Ausbildung, Medizinische Masseurin, Lymphdrainagetherapeutin.

Seit Jahrzehnten widmen wir uns in Walchsee der Behandlung von Lipödemen – auf Basis der von Dr. Emil Vodder begründeten Methode und ihrer originalgetreuen Fortführung im Hause Wittlinger. Aus dieser Tradition erwächst unsere Haltung: Bewährtes bewahren, Sinnvolles weiterentwickeln. Heute verbinden wir Vodders Pionierarbeit mit moderner Fachkompetenz, klaren Qualitätsstandards und kontinuierlicher Schulung unserer Therapeut:innen – originalgetreu, wirksam und nah am Menschen. Wir hören zu, planen individuell und begleiten Sie auf Augenhöhe.

Die Erfahrung zeigt: Die Kombination macht den Unterschied. Die Manuelle Lymphdrainage nach Dr. Vodder reduziert die Schmerzen, die fachgerechte Kompression stabilisiert das Ergebnis. Gezielte Bewegung aktiviert das Lymphsystem, eine angepasste Ernährung unterstützt den Stoffwechsel und sorgfältige Hautpflege hält das Gewebe geschmeidig und schützt vor Infektionen. Greifen diese Elemente wie Zahnräder ineinander, lässt sich das Fortschreiten eines Lipödems einbremsen, mit dem Ziel, die Symptome zu lindern und Ihre Lebensqualität zu verbessern. Die sogenannte „kombinierte physikalische Entstauungstherapie“ (KPE), bildet den roten Faden unseres Behandlungskonzepts.

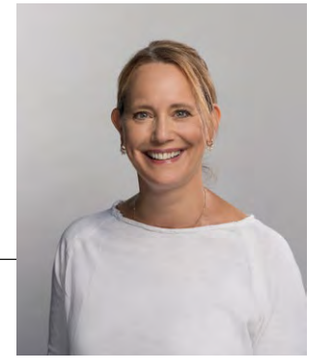
Ich möchte Ihnen Zuversicht geben. Ein Lipödem ist nach heutigem Stand nicht heil-, aber steuerbar. Mit fachkundiger Begleitung und aktivem Selbstmanagement gewinnen Sie Schritt für Schritt Kontrolle zurück. Vom sicheren Anlegen Ihres persönlichen Kompressionsstrumpfs über einfache Bewegungseinheiten bis hin zu Hautpflege-Routinen und gesunder Ernährung: Wir zeigen Ihnen, wie Sie die wichtigsten Bausteine für mehr Wohlbefinden alltagstauglich miteinander verknüpfen.

Ich wünsche viel Spaß beim Lesen und freue mich, Sie schon bald bei uns begrüßen zu dürfen.

Ihre Katrin Wittlinger

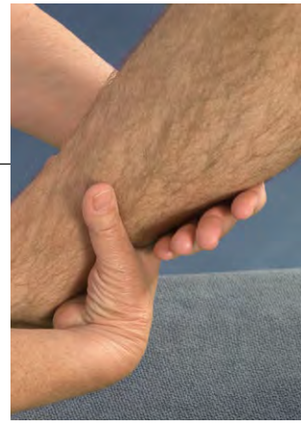
Inhalt

6 Das Lipödem:
Dr. Silke Grummt klärt auf

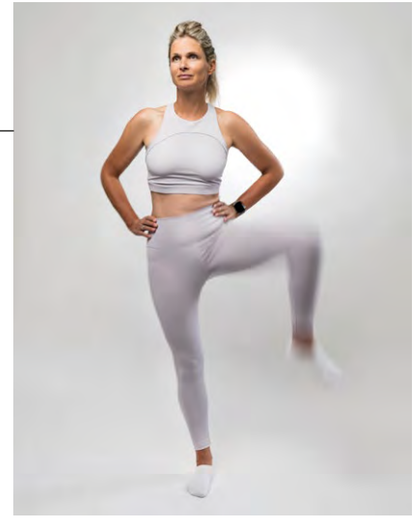


8 Die Vodders und Wittlingers: Freundschaft
und erfolgreiche Arbeitsgemeinschaft

9 Die 5 Säulen einer
erfolgreichen Behandlung



12 Bewegungs- und
Atemübungen



18 Vorsichtsmaßnahmen,
Inspirationsquellen und
wichtige Adressen

Lipödem

Was ist ein Lipödem und wie kommt es dazu?

Was ist ein Lipödem?
Dr. Silke Grummt: Definiert wird das Lipödem als chronische Erkrankung, bei der es zu einer schmerzhaften, symmetrischen Fettverteilungsstörung an den Beinen und/oder Armen kommt.

Wie bekomme ich ein Lipödem?
Dr. Silke Grummt: Die Ursache eines Lipödems ist nicht geklärt. Es tritt meist in einer Phase hormoneller Umstellung – etwa in der Schwangerschaft oder in den Wechseljahren – auf, weshalb auch nahezu nur Frauen betroffen sind. Man geht darüber hinaus davon aus, dass auch genetische Faktoren für die Erkrankung verantwortlich sind. Beim Lipödem vermehren und vergrößern sich die Fettgewebszellen überdurchschnittlich schnell bzw. häufig. Zudem verändert sich das Bindegewebe und die Kapillaren (feinste Blutgefäße) haben eine erhöhte Empfindlichkeit. Als Ursache der Schmerzen kommen mehrere Theorien in Frage, unter anderem werden Entzündungsprozesse in der Haut beschrieben, die durch das überschüssige Fett entstehen können.

Welche Behandlungsformen gibt es?
Dr. Silke Grummt: Man kann grundsätzlich zwischen der konservativen und der operativen Behandlung unterscheiden. In unserem Therapiezentrum setzen wir mittels konservativen Methoden alles daran, die Symptome zu lindern, das Fortschreiten der Erkrankung einzubremsen

und die Lebensqualität der Patientinnen zu verbessern. Es gibt verschiedene Ansätze, die je nach Stadium und individuellen Bedürfnissen kombiniert werden können.

Ist ein Lipödem heilbar?
Dr. Silke Grummt: Aktuell existiert keine heilende Therapie. Auch ein operativer Eingriff lässt die Krankheit nicht verschwinden. Durch die sogenannte kombinierte physikalische Entstauungstherapie, kann man die Krankheit in 5 wirkungsvollen Schritten sehr gut in den Griff bekommen.

Dr. Silke Grummt ist leitende Fachärztin im Wittlinger Therapiezentrum in Walchsee

Diagnostik

Wie bemerke ich das Entstehen eines Lipödems?

Die Ursache eines Lipödems ist bis heute nicht vollständig geklärt. Auslöser sind meist hormonelle Umstellungen.

DIAGNOSE

Die Diagnose wird durch das klinische Bild und das Anamnesegespräch gestellt. Durch technische Untersuchungen (Ultraschall, MRT, Lymphszintigraphie) können andere Ödemarten (Lymphödem, Phlebödem, Adipositas-bedingtes Ödem, orthostatisches Ödem) ausgeschlossen werden. Es wird zwischen 3 verschiedenen Stadien und mehreren Typen von Lipödemen unterschieden, die nicht zwangsläufig mit dem Ausmaß der individuellen Beschwerden in Zusammenhang gebracht werden.

KRANKHEITSBILD

Ein Lipödem beschreibt sich durch die symmetrische Vermehrung des Fettgewebes an den Beinen und/oder Armen. Es sind immer beide Körperhälften betroffen. Die Konfektionsgröße für Ober- und Unterkörper können sich um 2 Größen unterscheiden. Kopf, Hals, Oberkörper, Hände und Füße sind dabei nicht betroffen. Sie leiden an einem Druck- oder Berührungsschmerz, teilweise auch an einem Spontanschmerz und werden von einem Schweregefühl in den Beinen und schnellerer Erschöpfung begleitet.

Behandlungs-möglichkeiten

Ein Lipödem ist derzeit nicht heilbar. Die Behandlung zielt darauf ab, die Symptome zu lindern, das Fortschreiten der Erkrankung zu verlangsamen und die Lebensqualität der Patientinnen zu verbessern.

KONSERVATIVE THERAPIE

Im Wittlinger Therapiezentrum wird seit vielen Jahrzehnten die sogenannte **Kombinierte Physikalische Entstauungstherapie (KPE)** erfolgreich an Patientinnen durchgeführt. Durch das Zusammenspiel der 5-Säulentherapie (siehe nächste Seite), kann eine deutliche Verbesserung der Symptome erreicht werden.

Mit Fachkenntnis und Empathie begleiten wir Sie während Ihres stationären Aufenthaltes und sensibilisieren Sie für ein aktives Selbstmanagement.

Wir klären Sie über die Krankheit auf, geben Ihnen wertvolle Informationen und schaffen Bewusstsein. Mit richtiger Ernährung, regelmäßiger Hautpflege, gezielten Bewegungseinheiten und psychologischer Unterstützung schaffen Sie es, die Erkrankung und die damit verbundenen Schmerzen auf konservativem Wege bestmöglich zu managen.

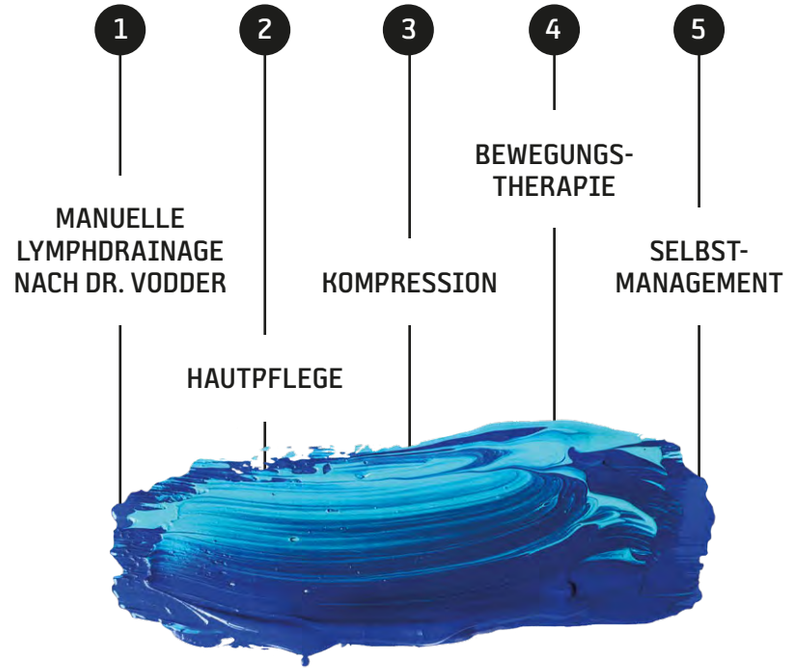
OPERATIVE THERAPIE

Sofern die Beschwerden trotz adäquater, konservativer Therapie fortbestehen und Ihre Lebensqualität einschränken, sollte die Indikation zur Liposuktion geprüft werden.

Durch die **Liposuktion (Fettabsaugung)** wird das überschüssige Fettgewebe meist unter örtlicher Betäubung operativ entfernt. Die Liposuktion ist, wie jede Operation, mit Risiken verbunden und die Indikation sollte kritisch von einem Spezialisten gestellt werden.

Der Nutzen der Liposuktion ist noch nicht hinreichend belegt. Patientinnen berichten jedoch meist von deutlichen Verbesserungen ihres Aussehens und Linderungen ihrer Schmerzen, was mit einer gesteigerten Lebensqualität einhergeht. In diesem Zusammenhang muss aber erwähnt werden, dass ein operativer Eingriff das Lipödem nicht heilt und weitere Behandlungen erforderlich werden können.

KPE



Die konservative Behandlung des Lipödems beruht auf der **„kombinierten physikalischen Entstauungstherapie" (KPE)**. Die KPE umfasst 5 Säulen, die ineinander greifen. Sie besteht aus der Manuellen Lymphdrainage, der Kompressionstherapie, der Hautpflege, der Bewegungstherapie und des Selbstmanagements. Das Ziel der Therapie ist die Reduktion von Schmerzen und Spannungsgefühlen, die Verminderung von begleitenden Ödemen, die Verbesserung der Beweglichkeit und das Verlangsamen des Fortschreitens der Erkrankung. Insgesamt trägt die KPE zu einer spürbaren Verbesserung der Lebensqualität bei. Bei einem **Lipödem** bewirkt die Manuelle Lymphdrainage nach Dr. Vodder eine Schmerzreduktion und vermindert das Spannungs- und Druckgefühl in den Beinen. Begleitende Schwellungszustände können – objektiv messbar – reduziert werden. Die tägliche Kompression stützt das Gewebe und stabilisiert das Ergebnis. Eine individuelle Bewegungstherapie in Kompression, sorgsame Hautpflege und ein konsequent geführtes Selbstmanagement tragen zusammen zu einer nachhaltigen Linderung der Symptome bei.

Vodder und Wittlinger

In den dreißiger Jahren des letzten Jahrhunderts entdeckten Dr. Emil Vodder und seine Frau Estrid bei chronisch katarrhalischen Infekten der oberen Luftwege, Stauungen in der Unterhaut und den zugehörigen Lymphknoten. Mit pumpenden, kreisenden und flachen Griffen konnten sie diese Stauungen entlang der Lymphbahnen abdrainieren und damit ihren Patientinnen zu Linderung verhelfen. Die Manuelle Lymphdrainage nach Dr. Vodder war geboren.

1966 erfuhr Günther Wittlinger von der neuartigen Behandlungstechnik und besuchte einen Kurs in Ulm. Er war begeistert und kehrte mit den Worten: „Das ist es!“ nach Walchsee zurück. In der Folge entstand eine tiefe Freundschaft zwischen den Familien Vodder und Wittlinger. Hildegard und Günther Wittlinger erhielten schließlich das Privileg, das Lebenswerk von Dr. Vodder fortzuführen. Bis heute werden die Behandlungsformen originalgetreu an Patientinnen angewandt – mit Erfolg.

von links nach rechts: Estrid Vodder, Günther Wittlinger, Dr. Emil Vodder, Prof. Hildegard Wittlinger

Manuelle Lymphdrainage

Die Manuelle Lymphdrainage nach Dr. Vodder wird von eigens ausgebildetem Fachpersonal durchgeführt.

Die Manuelle Lymphdrainage nach Dr. Vodder bildet die Kernkompetenz des Wittlinger Therapiezentrums, ist wesentlicher Bestandteil der kombinierten physikalischen Entstauungstherapie und wird seit vielen Jahren erfolgreich angewandt. Diese spezielle Technik arbeitet mit **kreis- oder spiralförmigen Griffen**. Dabei besteht enger Hautkontakt. D. h. die Haut über dem darunterliegenden Gewebe wird gekonnt verschoben, um so die überschüssige **Lymphflüssigkeit manuell abzutransportieren**.

Bei der manuellen Lymphdrainage nach Dr. Vodder wird mit der Haut gearbeitet, nicht auf der Haut. Durch den Wechsel aus Druckanstieg und Druckabfall entsteht die notwendige **Pumpwirkung**. Der Druckaufbau erfolgt stets in Richtung des Lymphabflusses. Die Technik wird meist auf trockener Haut angewendet. Ist die Haut an manchen Stellen nicht verschiebbar, wird zusätzlich etwas Öl verwendet.

Es ist nachgewiesen, dass durch die Manuelle Lymphdrainage eine **Schmerzreduktion** erzielt werden kann. Die Schmerztoleranz sowie die Schmerzschwelle werden erhöht.

Die **sympathikolytische Wirkung** entsteht durch den Einfluss der manuellen Lymphdrainage auf den vegetativen Regelkreis. Der Sympathikotonus wird durch den monotonen Rhythmus und durch die gleichmäßige Druckzu- und –abnahme der Grifftechnik herabgesetzt. Die Patienten schlafen ein. Es kommt zur Stressreduktion und die Fließgeschwindigkeit in den Blut- und Lymphgefäßen nimmt zu.

Hautpflege

Celuvase: durch Mikrozirkulation zu Wohlgefühl

Der Stellenwert der Hautpflege ist beim Lipödem sehr hoch. Zum einen wird die Haut durch den Gewebedruck, die Spannung und die Überdehnung stark strapaziert. Zum anderen verursacht die unerlässliche Kompression zusätzliche Hautirritationen. Hier muss unbedingt auf eine behutsame und regelmäßige Unterstützung der natürlichen Hautfunktionen Acht gegeben werden. Das Pflegeritual beginnt bei der sanften, rückfettenden, seifenfreien Reinigung. Passende, rückfettende, feuchtigkeitsspendende Salben führen zur schonenden Pflege der geforderten Hautareale.

Therapieunterstützende Spezialprodukte wie die Celuvase gehören seit vielen Jahren zu unserer Ödemtherapie. Die Creme wurde – unter anderem – gezielt für die Behandlung von Menschen mit Lip- und Lymphödem entwickelt. Die wertvollen Inhaltsstoffe von Celuvase steigern die Pulstätigkeit der kleinen Arterien und erhöhen die kapillare Durchblutungsgeschwindigkeit. Die verbesserte Mikrozirkulation hilft, Stauungen zu lösen und Schwellungen zu vermindern. Die Creme beruhigt empfindliche, trockene Haut und macht sie geschmeidig. Das Hautbild wird schrittweise verbessert.

Für spürbare Ergebnisse ist Regelmäßigkeit entscheidend. Ihre Wirkung baut sich langsam und stetig auf. Konsequente Hautpflege ist eine wichtige Säule der KPE.

Celuvase können Sie direkt im Wittlinger Therapiezentrum bestellen.

Kompression

Reduzierung von Schwellungen und Schmerzen

Die fachgerechte Bandagierung eines Lipödems.

Neben der manuellen Lymphdrainage nach Dr. Vodder ist die richtige und konsequente Kompression eine weitere, wichtige Säule in der Behandlung von Lipödemen.

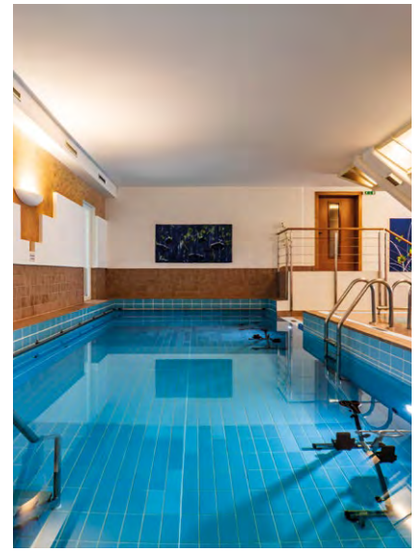
Die Kompression unterstützt die positive Wirkung der vorangegangenen Behandlung und trägt zu einer weiteren **Reduzierung von Schwellungen und Schmerzen** bei. Durch die Bandagierung wird nicht nur der venöse, sondern auch der lymphatische Rückfluss unterstützt. Das überschüssige Fettgewebe selbst kann dadurch allerdings nicht reduziert werden.

In der Fachsprache unterscheidet man zwischen **rund- und flachgestrickten Kompressionsstrümpfen**. Bei einem Lipödem können grundsätzlich beide Versionen getragen werden. Ist Ihr Ödem jedoch sehr stark ausgeprägt, empfehlen wir die Verwendung der flachgestrickten Qualität. Durch ihre höhere Biegesteifigkeit können Abschnürungen an tiefen Gewebefalten vermieden werden.

Bewegung in Kompression

Die gezielte Bewegung mit Bandage bzw. Kompressionsstrumpf fördert den Lymphabfluss und kräftigt die Muskulatur. Sie kann zur Linderung von Schmerzen und zur Reduzierung von Stress beitragen.

Bewegung in vernünftigem Trainingsausmaß hilft, Ihr Gewicht zu kontrollieren und steigert Ihre Fitness im Allgemeinen. Darüber hinaus kann dadurch Stress abgebaut und Ihr Wohlbefinden gesteigert werden. Durch die sportliche Betätigung lernen Sie Ihren Körper besser kennen und schaffen ein Bewusstsein zu Ihrer Krankheit. In Summe werden Ihre Beschwerden durch Bewegung gelindert und die Symptome wirkungsvoll bekämpft.



Behandlungspool mit Wasserfahrrad im Wittlinger Therapiezentrum

LIPÖDEM-FREUNDLICHE SPORTARTEN

- **Wassergymnastik:**
  Wasser trägt den Körper, schont die Gelenke, während gleichzeitig die Muskulatur gestärkt wird.
- **Radfahren, Laufen, Nordic Walking:**
  Im Vordergrund stehen gelenkschonende Ausdauereinheiten für den gesamten Körper.
- **Yoga, Pilates:**
  Dadurch fördern Sie Ihre Beweglichkeit, schulen Ihr Körperbewusstsein und stärken so Ihre mentale Gesundheit.

Ernährung

Diätetische Maßnahmen und antientzündliche Ernährung

Es gibt keine spezifische Ernährungsform oder Diät, die bei einem Lipödem empfohlen werden kann. Eine antientzündliche und stoffwechselfördernde Ernährung trägt dazu bei, die Entzündungen im Gewebe zu reduzieren, die Schmerzen zu mindern und eine Gewichtszunahme zu vermeiden.

Die Ernährung von Lipödembetroffenen entspricht im Wesentlichen den Empfehlungen der gesunden Ernährung für Erwachsene.

Als Basis dienen **pflanzliche Lebensmittel,** wie Gemüse, Salat, Hülsenfrüchte (Erbsen, Bohnen, Linsen, Kichererbsen, Soja) und Obst. Diese werden ergänzt mit **komplexen Kohlenhydraten** aus Getreide (Vollkornbrot, Kartoffeln, Nudeln, Reis, Polenta etc.) und **hochwertigen Eiweißquellen** (Joghurt, Buttermilch, Kefir, Topfen, Käse, Eier, Fisch und Fleisch).

Als Fettlieferanten eignen sich besonders pflanzliche Öle, wie Rapsöl, Hanföl, Nussöl und Olivenöl. Tierische Fette (Schmalz) und hoch verarbeitete, tierische Lebensmittel (Wurst, Gepökeltes, Fischkonserven, Fleischbrühwürfel etc.) sollen vermieden werden.

Die Empfehlung sieht **max. 3 Mahlzeiten pro Tag** vor. Zwischenmahlzeiten gilt es zu vermeiden (kein Obst, kein Joghurt, kein Milchkaffee, keine süßen Getränke etc.).

Im Restaurant des Wittlinger Therapiezentrums speisen Sie sehr ausgewogen und gesund.

Obst der Faustgröße entsprechend oder ein kleines Stück „Süßes" in Daumengröße ist ein passendes Dessert.

Pro Tag 2,5 Liter Wasser oder ungesüßter Tee sind die besten Flüssigkeitslieferanten. Sie regen den Stoffwechsel und die Verdauung an.

Je frischer, bunter und abwechslungsreicher die Speisen gestaltet sind, desto größer ist die Chance, mit allen Nährstoffen ausreichend versorgt zu werden.

Selbst-management

Das Selbstmanagement bei Ihrem Lipödem erfordert eine ganzheitliche Herangehensweise, die Bewegung, Ernährung, Hautpflege, psychosoziale Unterstützung und regelmäßige ärztliche Betreuung umfasst. Es geht darum, aktiv Maßnahmen zu ergreifen, um die Symptome zu lindern, Ihre Lebensqualität zu verbessern und die Erkrankung bestmöglich zu managen. Dabei spielt Ihre Einstellung eine Rolle: Die Akzeptanz des Körpers und die Suche nach sozialer Unterstützung können einen entscheidenden Unterschied für Ihr Wohlbefinden machen. Aktuell geht man davon aus, dass das Vermitteln von Problemlösestrategien und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, Herausforderungen durch eigenes Handeln bewältigen zu können, zentral sind, um langfristige Verbesserungen zu erreichen. Gehen Patientenschulung und Selbstmanagement Hand in Hand, ist neben dem Therapeuten die, vom Lipödem betroffene, Frau selbst die Person, die den größten Einfluss auf den Behandlungserfolg hat.

WICHTIGE PUNKTE DES SELBSTMANAGEMENTS:

Psychologische Aspekte

Das Lipödem ist keine psychische Erkrankung, aber im Sinne des bio-psycho-sozialen Therapieansatzes ist wissenschaftlich gesichert, dass das Lipödem auch auf das psychische Wohlbefinden und umgekehrt Einfluss haben kann. Eine Offenheit bezüglich dem komplexen Zusammenspiel von Körper und Psyche ist daher notwendig, um langfristige Verbesserungen für Ihr Leben erzielen zu können.

HÄUFIGE THEMEN IN DER PSYCHOLOGISCHEN UND PSYCHOTHERAPEUTISCHEN UNTERSTÜTZUNG:

Umgang mit chronischen Schmerzen:
Chronische Schmerzen führen häufig zu weniger Aktivität, Ärger, Frust, Angst vor der Zukunft, Stimmungsschwankungen und langfristig zu Ängsten bzgl. Arbeitsfähigkeit, Beziehungsproblemen etc. Mit Hilfe von Werkzeugen aus der Schmerzpsychologie können Sie sowohl einen positiven Einfluss auf das Schmerzgeschehen erreichen, als auch einen besseren Umgang mit Ihren Schmerzen erlernen.

Steigerung der subjektiven Zufriedenheit durch Förderung der Eigenkompetenz:
Durch sachliche Wissensvermittlung und Aufbau von Selbstmanagement (Was kann ich wann, wo und wie selber machen, um die Situation zu verbessern?), kann die subjektive Lebensqualität nachweislich gesteigert werden. In der psychologischen/psychotherapeutischen Behandlung können Sie Tools zum Selbstmanagement und zur Selbstfürsorge erlernen und schon in der Rehabilitationszeit beginnen, diese täglich anzuwenden.

Umgang mit dem eigenen Körper und dem subjektiven Körperbild:
Häufig berichten Patientinnen von Schwierigkeiten mit der Akzeptanz des eigenen Körpers. In unseren Gesprächen können wir an den Themen Selbstakzeptanz und Selbstwert ganz konkret arbeiten.

Alle anderen Themen im Zusammenhang mit dem Lipödem können in den **psychologischen/psychotherapeutischen Gesprächen** besprochen werden. Hier einige Beispiele: Arbeit an der Lebensgeschichte, Krankheitsakzeptanz, ernährungspsychologische Themen, Probleme am Arbeitsplatz, soziale und familiäre Herausforderungen etc.

Inspirationen und Adressen

PODCAST

Dr. Silke Grummt über das Lipödem
www.wittlinger-therapiezentrum.com/podcast

WEBSITES

- **www.lymphliga.at**
- **www.ofaaustria.at**
- **www.medi.de**
- **www.bauerfeind.at**
- **www.juzo.com**
- **www.wittlinger-therapiezentrum.com**

APPS

- **Bauerfeind curaflow**
- **LipoCheck**
- **LipoAlly**

BÜCHER

Zum Thema Lipödem gibt es viele verschiedene Bücher. Es existieren sowohl wissenschaftlich fundierte Bücher als auch Ratgeber von und für Patientinnen. Buchempfehlungen können hier deswegen nicht ausgesprochen werden. Recherchieren Sie nach dem für Sie passenden Buch im Internet oder fragen Sie Ihren Spezialisten.

REHABILITATIONSZENTREN

Wittlinger Therapiezentrum GmbH
Alleestraße 30, A-6344 Walchsee
Tel. +43 5374 5245-0
www.wittlinger-therapiezentrum.com

GESELLSCHAFTEN

Deutsche Gesellschaft für Phlebologie und Lymphologie e.V. (DGPL)

Gesellschaft für Manuelle Lymphdrainage nach Dr. Vodder
Lymphologisch tätige Ärzte: www.gfmlv.at/lymphologisch-taetige-aerzte

SELBSTHILFEGRUPPEN/VEREINE

- **www.chronischkrank.at**
- **www.lymphselbsthilfe.de**
- **www.lipoedem-gesellschaft.de**

MODE F. LIPÖDEMPATIENTINNEN

- **www.powersprotte.com**
- **www.deinestarkeseite.de**

ECO n GOOD

Wittlinger

Therapie · Reha · Ausbildung

Wittlinger Therapiezentrum
Alleestraße 30, 6344 Walchsee, Austria
T. +43 5374 5245-0

office@wittlinger-therapiezentrum.com
www.wittlinger-therapiezentrum.com

Verfasser: Dr. Katrin Wittlinger, Ärztin für Allgemeinmedizin, seit 2022 tätig im Wittlinger Therapiezentrum; Elisabeth Buchauer, Diätologin, seit 2022 tätig im Wittlinger Therapiezentrum; MMag. Dr. Barbara Mösinger-Strubreither, Psychotherapeutin, seit 2013 tätig im Wittlinger Therapiezentrum. Literatur beim Verfasser. **Herausgeber:** Wittlinger Therapiezentrum GmbH, Alleestraße 30, 6344 Walchsee, Österreich – Sonderkrankenanstalt zur Untersuchung und Behandlung von LymphödemPatientinnen und zur ambulanten Durchführung von Therapien auf dem Gebiet der physikalischen Medizin und zur ambulanten, neurologischen Rehabilitation. Tel. +43 5374 5245-0, office@wittlinger-therapiezentrum.com, www.wittlinger-therapiezentrum.com. **Konzept und Gestaltung:** reell kommunikationsdesign e.U.,
Fotos: WittlingerTherapiezentrum, reell kommunikationsdesign e.U.

© Copyright Wittlinger Therapiezentrum GmbH