

# Vitales Lymphsystem

Erkrankungen, Vorsorge, Tipps



*vitales  
Leben*

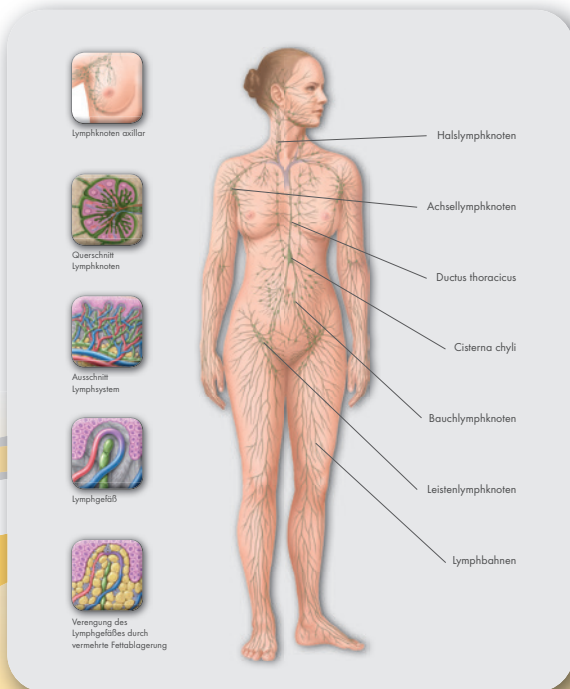
**GERSTBERGER**  
Vitalcenter

[www.gerstberger.com](http://www.gerstberger.com)

## Welche Aufgaben erfüllen die Lymphgefäße im Körper?

Unseren Körper durchziehen feine Bahnen – die Lymphgefäße. Anders als die Blutadern sind Lymphgefäße nicht einfache schlauchartige Gefäße, sondern sie bestehen aus einzelnen Lymphherzchen. Aneinandergereiht transportieren sie durch selbständiges Pumpen Gewebeflüssigkeit, Schlacken und Zellreste ab.

Den Lymphgefäßen kommt somit eine äußerst wichtige Aufgabe zu. Alle Stoffwechselprodukte und das „Wasser“ im Gewebe, das von den Venen nicht abtransportiert werden kann, muss durch die Lymphherzchen abgepumpt werden. Das Netz der Gefäße durchzieht dabei Arme, Beine, Organe, Rumpf – den ganzen Körper.



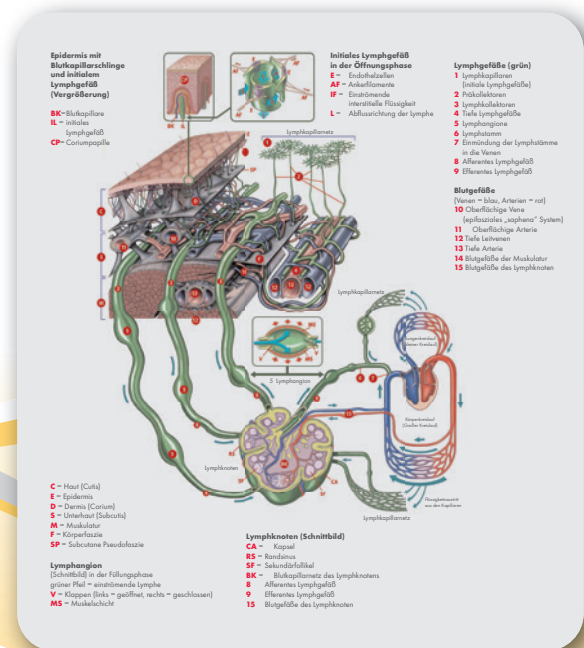
## Wenn die Lymphgefäße nicht mehr funktionieren

Aus zwei Gründen können die Lymphgefäße Probleme bereiten. Es gibt Defekte aus Überlastung oder wegen Beschädigung der Lymphbahnen.

Wenn die Lymphherzchen permanent Höchstleistung erbringen müssen, weil zum Beispiel das Venensystem defekt ist und seinen Teil des Abtransportes nicht erledigen kann, dann können die Lymphgefäße dauerhaft geschädigt werden.

Im Fall der Beschädigung werden Lymphbahnen unterbrochen. Dies kann bei Operationen oder Verletzungen passieren.

In beiden Fällen bleiben die Gewebeflüssigkeit und die Schlacken im Gewebe liegen. Die sichtbare Schwellung, die sich dann bildet, heißt Lymphödem.



## Woran erkenne ich ein Lymphödem?

Schwellungen an Armen und Beinen entwickeln sich langsam und schleichend. Lymphödeme beginnen immer am Ende der Extremität, also Unterarm oder Hand, Unterschenkel oder Fuß. Erste Zeichen sind zu enge Schuhe oder einschneidende Strümpfe. An der Hand passt der Ring plötzlich nicht mehr oder die Armbanduhr kneift.

Wenn nicht entgegen gewirkt wird, schwellen Arm oder Bein weiter an. Im Falle eines Lymphödems kann dann mit Hilfe des sogenannte Stemmer'schen Zeichens Klarheit geschaffen werden. Kann an Zehen oder Fingern keine Hautfalte abgehoben werden, ist das ein sicheres Zeichen für ein Ödem. Eine konsequente Therapie ist dann erforderlich.



## Was Sie bei Ödemen tun können?

Zunächst ist es wichtig, dass ein Facharzt die Ursache für das Ödem herausfindet. Eine Operation oder Bestrahlung mit Beteiligung der Lymphknoten ist häufig ein Grund. Schwieriger ist eine angeborene Lymphgefäßschwäche herauszufinden. Die verschiedenen Ödemarten erfordern eine unterschiedliche Therapie.

Eine weitere Form ist das Lipödem. Hierbei handelt es sich um eine



Fettverteilungsstörung. Man spricht auch vom „Reiterhosensyndrom“, da das Lipödem meistens an Hüften und Oberschenkeln auftritt.

Nach der genauen Diagnose wird der Behandlungsplan besprochen. Da Lymph- und Lipödeme in der Regel irreparabel sind, müssen Sie sich als Betroffener auf eine lebenslange Therapie einstellen. Diese besteht aus Kompression, physikalischer Therapie und Hautpflege. Bei fortgeschrittenen Stadien ist häufig die Initial-Therapie in einer Fachklinik sinnvoll.

## Das Vital-Programm für Ihre Beine und Arme

Das **Venen & Lymph-Kompetenz-Zentrum** Gerstberger bietet Ihnen die kompetente Versorgung speziell für alle Ödemerkrankungen an. In unserem Außendienstteam des mobilen Vitalcenters arbeiten ausgebildete Medizinprodukteberater, die auf die Anmessung und Beratung von Lymph- und Lipödem-Versorgungen in speziellen Materialien, Kompressionsklassen und Qualitäten spezialisiert sind.

In Zusammenarbeit mit unseren Partnern, den Ärzten und Therapeuten kümmern wir uns um die optimale Versorgung.

Wir beraten Sie unter anderem hinsichtlich der fachgerechten Handhabung und der optimalen Hautpflege. Eine ganzheitliche Versorgung hat bei uns höchste Priorität.



## Bestehen Sie auf Kompetenz

Unser Anspruch ist hoch, damit Sie bestmögliche Unterstützung und Versorgung erfahren. Was bedeutet Kompetenz im **Venen & Lymph-Kompetenz-Zentrum** Gerstberger?

### Kompetenz-Team

Unsere engagierten Mitarbeiter sind allesamt Experten in ihrem Fach. Als Medizinprodukte-Berater haben Sie viel Erfahrung und Know-how hinsichtlich der Therapie und der dafür notwendigen Hilfsmittel. Regelmäßige Fortbildungen halten uns fit. Im Umgang mit Menschen legen wir Wert auf das nötige Fingerspitzengefühl.



### Netzwerk-Partner

Wir verstehen uns als Partner im Gesundheits-Netzwerk und arbeiten eng mit Ärzten, Kliniken, Therapeuten, Selbsthilfegruppen und Kostenträgern zusammen.

## Unsere Serviceleistungen für die Unterstützung Ihrer Therapie

Sie finden innovativen und außergewöhnlichen Service wichtig? Dann sind Sie im **Venen & Lymph-Kompetenz-Zentrum** Gerstberger richtig. Unsere Leistungspakete für Sie sind

- Individuelles Anmessen und Anwendungsberatung von Kompressionsstrümpfen und Ausstattung mit kostenlosem Infomaterial
- Gymnastiktipps für VITALE LYMPHE
- Passformgarantie auf Ihre Versorgung



- Gesundheitsveranstaltungen rund um vitale Beine
- Wertvolle Tipps und Tricks rund ums richtige und leichte Anziehen Ihrer Kompressionsversorgung
- Abwicklung der Kostenübernahme mit Ihrer gesetzlichen Krankenkasse
- Fachgerechte Versorgung durch unser Außendienstteam in der Klinik, Zuhause, bei Ihrem Arzt oder Therapeuten möglich.

## Unsere Serviceleistungen rund um Ihren Kompressionsstrumpf

Es gibt eine Vielzahl von verschiedenen Markenprodukten und Qualitäten für die effektive Kompressionstherapie.

Wir haben jede Menge Erfahrung damit und behalten den Überblick auch bei sehr speziellen Anforderungen. Darauf können Sie sich verlassen. Im **Venen & Lymph-Kompetenz-Zentrum** Gerstberger bieten wir Ihnen

- Umfassendes Sortiment von Kompressionsstrümpfen der namhaften Hersteller „medi“, „Juzo“ und „JOBST“. Wir beraten Sie auf die richtige Qualität für Ihre individuelle Situation – bestimmt auch in Ihrem Lieblingsfarbton
- Fachgerechtes Ausmessen - individuell auf die erforderliche Versorgung abgestimmt
- 4-wöchige Passformgarantie auf Ihre Flachstrick-Versorgung
- Hautpflegeprodukte zur notwendigen Unterstützung
- Schneller Bestell- und Lieferservice
- Homeservice beim Anmessen und Anpassen
- Optimale Reinigungsmittel für Ihre Kompressionsversorgung
- Individuelle Beratung der richtigen An- und Ausziehhilfe für Ihre Kompressionsversorgung.

## Patiententipp

- Entstauungsbehandlungen sowie die Kompressionstherapie müssen unbedingt regelmäßig erfolgen bzw. angewendet werden
- Bewegung unterstützt ihre Therapie – tragen Sie dabei möglichst Ihre Kompressionsversorgung – runde Bewegungen wie Walking, Radfahren sind ideal
- Kühles Wasser und Schwimmen wirken gegen die Schwellung
- Vermeiden Sie lang andauerndes bzw. übermäßiges Abknicken der Beine oder Arme
- Pflegen Sie Ihre Haut – Vermeiden Sie Verletzungen
- Tragen Sie keine schweren Lasten – achten Sie auf Ihr Körpergewicht
- Essen Sie viel Obst, Gemüse und Vollkornprodukte – Ihre Nahrung sollte kochsalz- und zuckerarm sein
- Trinken Sie mindestens 2 Liter am Tag
- Keine einschneidenden Kleidungsstücke am Körper tragen
- Vorsicht mit Wärme: Sonnenstrahlung, Solarium, Sauna, warme Thermalbäder usw.
- Legen Sie regelmäßig die betroffene Extremität hoch



**GERSTBERGER**  
Vitalcenter

*vitaler  
Leben*

# DIGITALE REZEPTANNAHME

## Rezept online einreichen per Knopfdruck

Reichen Sie jetzt Ihre ärztlichen Hilfsmittelverordnungen jederzeit bequem online bei uns ein.

Dazu bieten wir Ihnen die digitale Rezeptannahme auf unserer Homepage an.

Übermitteln Sie Ihre ärztlichen Rezepte von zuhause oder von unterwegs ganz einfach mit Ihrem Computer, Laptop, Tablet oder Smartphone schnell, sicher und kontaktlos direkt zu uns.

## UND SO FUNKTIONIERT ES:

- Rezept scannen/fotografieren
- Im Internet auf unserer Homepage anklicken



unter Rezeptlink hochladen: <https://samedo.de/rezeptapp/gerstberger.html>

Ganz einfach und bequem von Zuhause aus mit unserem neuen Samedo-Rezept-service für Hilfsmittelverordnungen.

- Fragen/Details per Mail/Telefon klären
- Auslieferung & Abgabe Originalrezept

Für die Klärung aller mit der Versorgung im Zusammenhang stehenden Details meldet sich im Anschluss ein Mitarbeiter telefonisch oder per E-Mail.

Das **Originalrezept** wird bei der persönlichen Auslieferung der Ware entgegengenommen, sodass der Aufwand für Sie auf ein Minimum reduziert wird.

Unabhängig von der neuen digitalen Möglichkeit können ärztliche Verordnungen natürlich auch weiterhin zu den regulären Öffnungszeiten in unseren Gerstberger-Filialen abgegeben werden.



## Leistungsstärke und Kompetenz

an allen Standorten „gerstbergerweit“

Mobil im abgebildeten Einzugsgebiet

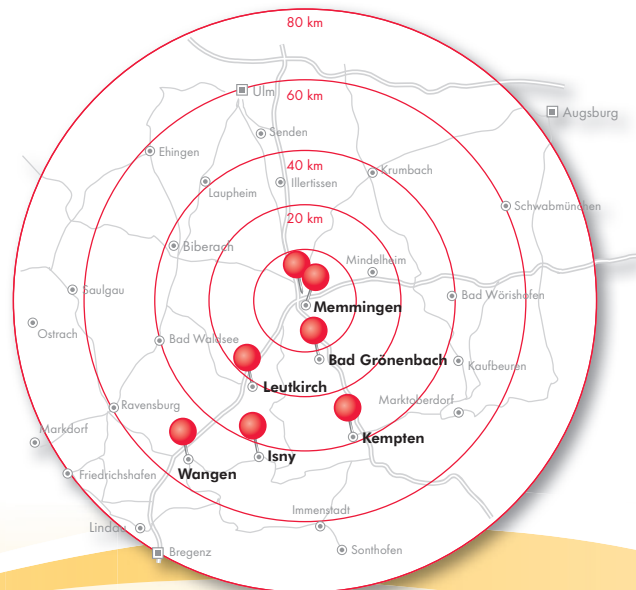
**Tel.: 08331 9513-111**

**E-Mail: [mobilesvitalcenter@gerstberger.com](mailto:mobilesvitalcenter@gerstberger.com)**

Im Internet finden Sie stets aktuelle, interessante, weiterführende Informationen, Angebote, Neuheiten, Veranstaltungen, uvm.

Besuchen Sie uns direkt unter:

**[www.gerstberger.com/unsere-bereiche/sanitaetshaus/venen-und-lymph-kompetenz-zentrum/](http://www.gerstberger.com/unsere-bereiche/sanitaetshaus/venen-und-lymph-kompetenz-zentrum/)**





# GERSTBERGER

## Vitalcenter

Sanitätshaus • Orthopädie-Technik • Orthopädie-Schuhtechnik  
Reha-Technik • Medizintechnik • Homecare • Mode

Vitalcenter Gerstberger  
GmbH & Co. KG  
Fraunhoferstr. 10  
87700 Memmingen

Tel + 49 8331 9513 0  
Fax + 49 8331 9513 19  
info@gerstberger.com  
www.gerstberger.com



### Filialen

87700 Memmingen  
Im Klösterle 16  
Tel 08331 9513 80  
Fax 08331 9513 89

87439 Kempten  
Rottachstraße 71-73  
Tel 0831 251399 0  
Fax 0831 251399 99

87730 Bad Grönenbach  
Bahnhofstraße 35  
Tel 08334 41506 0  
Fax 08334 41506 29

88239 Wangen i. A.  
Schmiedstraße 8  
Tel 07522 21345  
Fax 07522 80818

88299 Leutkirch  
Marktstraße 3  
Tel 07561 3208  
Fax 07561 4763

88316 Isny  
Espantorstraße 11  
Tel 07562 4566  
Fax 07562 55535

Weitere Informationen erhalten Sie unter  
unserer **Service-Nummer 08331 95130**

oder auf:

**www.gerstberger.com**

