

ASPEKTE

PKP BBDO

Nr. 38 / STAND SEPTEMBER 2009

Kann Lipodystrophie behandelt werden?

Es ist schwierig, Lipodystrophie gezielt zu behandeln, weil die genaue Ursache nicht bekannt ist. Es gibt jedoch Methoden, um die Symptome zu minimieren.

Ihre Ärztin/Ihr Arzt wird Ihre aktuelle HIV-Therapie prüfen und eventuell eine Umstellung Ihrer Medikation vorschlagen. Setzen Sie Ihre Medikamente jedoch nur nach vorheriger Rücksprache mit Ihrer Behandlerin/Ihrem Behandler ab.

Wenn Sie an zu hohen Cholesterinwerten leiden, kann es sein, dass Ihnen Arzneimittel zur Senkung (sogenannte Statine) verschrieben werden. Aber auch eine ausgewogene Ernährung spielt eine wichtige Rolle und hilft Ihnen, Ihre Cholesterinwerte zu regulieren (siehe Aspekte Nr. 7 „HIV und Ernährung“). Sport und Bewegung sind ebenfalls sehr gut (siehe Aspekte Nr. 19 „HIV und Bewegung“) und helfen, Ihre Körperform zu verändern. Bei Fettschwund (Lipoatrophie) können Sie z.B. zum Muskelaufbau mit Gewichten trainieren und so Körperteile wie dünne Arme und Beine stärken. Bei Lipohypertrophie (Fettansammlung) können Sie durch Übungen versuchen, bestimmte Körperteile zu

straffen. Das Rauchen zu reduzieren oder idealerweise aufzugeben, unterstützt Ihre generelle Gesundheit und reduziert Ihr Risiko einer Herz-Kreislauf-Erkrankung. Lassen Sie sich beraten und eventuell an SpezialistInnen verweisen.

Veränderungen der Körperform können auch kosmetisch behandelt werden. Es gibt sichere und wirkungsvolle Eingriffe, bei denen Füllmaterial in die betroffenen Bereiche injiziert wird, um das fehlende Fett auszugleichen, z.B. unter den Wangenknochen. Einige Füllmaterialien sind dauerhaft, andere halten nur einen bestimmten Zeitraum. Auch Fettabsaugungen sind möglich, um überschüssiges Fett aus betroffenen Bereichen (z.B. Bauch oder Brüste) zu entfernen. Dies stellt jedoch keine langfristige Lösung dar, da sich wieder Fett ansammeln kann.

Erkundigen Sie sich ausführlich über mögliche Eingriffe, die für Sie persönlich in Frage kommen. Auch die Frage der Kostenübernahme von der Krankenkasse muss genau geklärt und kann nur individuell für Ihren Fall entschieden werden.

Warum sollten Sie darauf achten, wenn sich Ihre Körperform verändert?

Wenn sich die Form Ihres Körpers verändert, muss dies nicht unbedingt Auswirkungen auf Ihre Gesundheit haben. Andererseits können die Veränderungen auch durch ein medizinisches Problem verursacht werden. Daher ist es gut, wenn Sie mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt darüber sprechen, um die Ursachen zu finden und möglicherweise zu behandeln. Bei manchen Menschen führt eine sichtbare Veränderung des Körpers

zu psychischem Ungleichgewicht, sie empfinden diese als peinlich oder fühlen sich stigmatisiert. Andere haben das Gefühl, dass die Veränderungen ihres Körpers es offensichtlich machen, dass sie HIV-positiv sind. Auch Ihre psychische Gesundheit ist sehr wichtig! Nutzen Sie Beratung und Betreuung Ihrer Ärztin/Ihres Arztes oder wenden Sie sich an Ihre lokale AIDS-Hilfe.

Dieser Folder ersetzt nicht das Gespräch mit einem Arzt/einer Ärztin.

Kontakte

Steirische AIDS-Hilfe
AIDSHILFE OBERÖSTERREICH
AIDS-Hilfe Tirol
aidsHilfe Kärnten
Aidshilfe Salzburg
AIDS-Hilfe Vorarlberg
Aids Hilfe Wien

Tel: 0316/81 50 50
Tel: 0732/21 70
Tel: 0512/56 36 21
Tel: 0463/55 128
Tel: 0662/88 14 88
Tel: 05574/46 5 26
Tel: 01/599 37

Homepage der AIDS-Hilfen Österreichs <http://www.aidshilfen.at>
Impressum: © Die AIDS-Hilfen Österreichs, 2009
Text: Mag.^a Birgit Leichsenring
Gestaltung: PKP BBDO Werbeagentur GmbH
Drucklegung mit freundlicher Unterstützung von durch Gilead Sciences.

ASPEKTE
ASPEKTE

Das Lipodystrophiesyndrom

Die AIDS-Hilfen
Österreichs 

ASPEKTE

„Das Lipodystrophiesyndrom“

Was ist Lipodystrophie?

Lipodystrophie ist eine allgemeine Bezeichnung für Körperfettveränderungen bei HIV-positiven Menschen. Der Begriff steht dabei entweder für Fettzunahme oder für Fettverlust. Das Lipodystrophiesyndrom bezieht sich aber nicht nur auf die Fettumverteilung in Bezug auf die Körperform. Damit werden auch Veränderungen des Stoffwechsels bezeichnet, die zur Erhöhungen der Blutfett- und Blutzuckerwerte führen. Es müssen nicht beide Arten der Fettveränderung gleichzeitig auftreten. Es können Veränderungen in Ihrer Körperform vorkom-

men, obwohl Sie normale Blutfettwerte haben. Umgekehrt können Ihre Blutfettwerte verschoben sein, ohne dass äußerliche Veränderungen auftreten. Durch das sehr unterschiedliche Auftreten von Symptomen, ist es nach wie vor schwierig, das Lipodystrophiesyndrom eindeutig zu definieren. Prinzipiell kommt eine ausgeprägte Lipodystrophie heute nur selten vor. Betroffen sind vor allem Menschen, die bereits seit vielen Jahren eine HIV-Therapie einnehmen. Bei den mittlerweile optimierten Therapie-regimen treten diese Symptome selten auf.

Veränderungen der Körperform

Es gibt zwei Hauptformen der Lipodystrophie, die Lipoatrophie (Fettverlust) und die Lipohypertrophie (Fettzunahme). Zu den Symptomen der Lipoatrophie gehören z.B. dünne Extremitäten. Es kommt zu einem Fettverlust am Bizeps und an den Unterarmen bzw. an den Beinen. Es kann sein, dass dadurch die Venen stärker hervortreten.

Auch das Gesäß kann an Fett verlieren und eine flachere Form annehmen. Ein weiteres Symptom der Lipoatrophie sind eingefallene Wangen und dadurch betontere Gesichtsknochen. Die Lipohypertrophie betrifft meist andere Körperteile. So kann der Bauch aufgebläht wirken oder der Taillenumfang zunehmen.

Im Bereich des Nackens kann sich Fett ansammeln und einen sogenannten Büffelnack („buffalo hump“) verursachen. Es können Lipome auftreten, kleine Fettansammlungen direkt unter der Haut. Bei Männern entwickeln sich unter Umständen Brustansätze, und bei Frauen können die

Brüste größer werden. Oft werden erste Anzeichen solcher Veränderungen der Körperform übersehen oder ignoriert. Da Sie Ihren Körper am besten kennen, werden auch Sie mögliche Veränderungen als erstes bemerken. Zögern Sie deshalb nicht, dies mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt zu besprechen.

Veränderungen des Stoffwechsels

Unter dem Begriff Stoffwechsel (Metabolismus) versteht man alle Abläufe im Körper, mit denen die unterschiedlichsten Stoffe verarbeitet bzw. auf- und abgebaut werden. Wenn Sie am Lipodystrophiesyndrom leiden, kann es sein, dass Ihr Stoffwechsel verändert ist. Dadurch können die Blutfette und Blutzuckerwerte ungünstig verändert werden. Es gibt hauptsächlich zwei Arten von Blutfetten (Lipide), das Cholesterin und die Triglyzeride. Jeder Mensch hat sogenanntes „gutes“ und „schlechtes“ Cholesterin. Das gute Cholesterin (HDL) kann überschüssige Fette aus dem Körper aufnehmen und so verhindern, dass sie die Arterien und Venen verstopfen. Schlechtes

Cholesterin (LDL) transportiert umgekehrt Cholesterin zu den Zellen, eine für den Körper wichtige Aufgabe. Sollten die LDL-Werte jedoch zu hoch sein, wird mehr Fett eingelagert als abtransportiert. So können Ihre Arterien und Venen blockiert werden (siehe Aspekte Nr. 36 „HIV und Herz“) und es kann zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen kommen.

Ihre Cholesterinwerte sind mit einem Bluttest leicht zu messen. Lassen Sie sich von Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt die Werte erklären, und besprechen Sie mit ihr/ihm, ob Sie diesbezüglich Maßnahmen ergreifen sollten.

Wodurch entsteht eine Lipodystrophie?

Die genauen Ursachen für die Veränderungen der Körperfette sind noch unklar. Zu den möglichen Faktoren gehören Geschlecht, Alter und Vererbung, aber auch Ernährung und Rauchen spielen eine Rolle. Die Anzahl der CD4-Zellen vor Beginn einer HIV-Therapie hat ebenso Einfluss wie die HIV-Therapie selber. Einige HIV-Medikamente führen eher zu einer Umverteilung von Fett im Körper als andere Präparate. Dies be-

zieht sich sowohl auf die Veränderung der Körperform als auch auf Veränderungen im Stoffwechsel. Durch das HI-Virus und die antiretroviralen Medikamente treten häufig ungünstigere Cholesterinwerte auf, die das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen erhöhen. Die Wahrscheinlichkeit, ein Lipodystrophiesyndrom zu entwickeln, steigt mit zunehmender Infektionszeit und absinkenden CD4-Zahlen.

Wie wird eine Lipodystrophie festgestellt?

Es ist nicht leicht, direkt auf Lipodystrophie zu untersuchen, aber es gibt verschiedene Möglichkeiten, mit denen Ihre Blutfettwerte und Ihre Körperform beobachtet werden können.

Veränderungen des Stoffwechsels

Ihre Blutfett- und Blutzuckerwerte lassen sich mit einem Bluttest untersuchen.

Veränderungen der Körperform

Mit dem Body Mass Index (BMI) wird Ihr Körper-Fett-Verhältnis ermittelt. Der Index wird aus Ihrer Körpergröße und Ihrem Körpergewicht berechnet und zeigt an, ob Sie

normal-, über- oder untergewichtig sind. Mit einem Maßband können Sie den Umfang Ihrer Arme und Beine, Ihres Bauchs, Gesäßes und weiterer Körperteile messen. Wenn Sie solche Messungen regelmäßig durchführen und dokumentieren, können Sie sehen, ob sich Ihre Figur verändert hat. Auch der Fettgehalt bestimmter Körperbereiche kann untersucht werden. Es gibt schmerzlose Methoden, die ein Abbild Ihres Körperinneren machen können und damit Einsicht in den Fettgehalt bieten (sogenannte DEXA- oder MRI-Scans). Vergleicht man solche Ergebnisse über einen längeren Zeitraum hinweg, werden auch hier Veränderungen sichtbar.