

“



Lipoedème

”



“

Qu'est-ce que le lipoedème ?

FAQ

Le lipoedème est une pathologie caractérisée par une accumulation anormale de graisse, principalement dans les membres inférieurs et parfois dans les bras, créant une silhouette disproportionnée.

Comment le lipoedème est-il diagnostiqué ?

Le diagnostic du lipoedème est généralement basé sur l'examen clinique, l'anamnèse médicale du patient et l'évaluation des symptômes caractéristiques, tels que la distribution particulière de la graisse.

”



“

FAQ

Quels sont les critères diagnostiques du lipœdème ?

Les critères diagnostiques incluent une accumulation bilatérale et symétrique de la graisse dans les membres inférieurs, les pieds et les mains ne sont pas affectés, On retrouve la présence de nodules sous-cutanés, et la sensation de douleur ou de sensibilité

Quels professionnels de la santé peuvent diagnostiquer le lipœdème?

Les chirurgiens vasculaires /esthetiques ,les angiologues ou les médecins généralistes sensibilisés, peuvent participer au diagnostic

”



“

FAQ

Le lipœdème peut-il être confondu avec l'obésité ?

Le lipœdème est parfois confondu avec l'obésité en raison de la distribution inhabituelle de la graisse. Il affecte également des personnes minces.

Quels tests complémentaires peuvent être utilisés pour diagnostiquer le lipœdème?

Le diagnostic principal est clinique, mais aussi des tests d'imagerie tels que l'échographie, ou la lymphoscintigraphie peuvent parfois être utilisés pour confirmer le diagnostic ou exclure d'autres conditions

”



“

Le lipœdème touche t'il les hommes ?

FAQ

Le lipœdème est plus fréquent chez les femmes, mais il peut également affecter les hommes.

Les hommes atteints (1%) peuvent être moins fréquemment diagnostiqués en raison de la perception que le lipœdème est principalement féminin

Quels sont les symptômes qui peuvent conduire à une recherche de diagnostic de lipœdème?

Les symptômes sont une distribution anormale de la graisse, une tendance aux ecchymoses, une sensibilité ou une douleur dans les membres affectés, et parfois une altération de la mobilité.

”



“

FAQ

Quelles sont les étapes suivantes après le diagnostic de lipœdème?

Après le diagnostic, le professionnel de la santé discutera des options de traitement, qui peuvent inclure la méthode conservatrice ou chirurgicale

Quelles sont les comorbidités courantes associées au lipœdème?

L'obésité, les troubles lymphatiques, les problèmes vasculaires et les problèmes de santé mentale tels que la dépression et l'anxiété.

”



“

FAQ

Le lipoedème est-il lié à d'autres troubles hormonaux ?

Il a été observé que le lipoedème est parfois associé à des changements hormonaux, tels que la puberté, la grossesse et la ménopause. Cependant, la nature exacte de cette relation n'est pas complètement comprise.

Le lipoedème peut-il entraîner des problèmes de mobilité ?

En raison de l'accumulation anormale de graisse dans les membres inférieurs, le lipoedème peut parfois entraîner des problèmes de mobilité et d'inconfort physique, ce qui peut affecter la qualité de vie

”



“

FAQ

Y a-t-il des risques accrus de développer des problèmes circulatoires avec le lipœdème?

Le lipœdème peut augmenter le risque de problèmes circulatoires tels que l'insuffisance veineuse et d'autres complications vasculaires tel que le lymphoedème

Le lipœdème est-il lié à des problèmes de santé cardiaque?

Le lipœdème est principalement une pathologie liée à la distribution anormale de la graisse, il peut être associé à des facteurs d'obésité qui augmentent le risque de maladies cardiaques

”



“

FAQ

Le lipœdème peut-il affecter la santé mentale ?

Les changements physiques dus au lipœdème peuvent avoir un impact significatif sur la santé mentale, entraînant parfois des problèmes d'image corporelle, de dépression et d'anxiété. Le soutien psychologique peut être important dans la gestion globale du lipœdème.

Le lipœdème est-il héréditaire?

Il existe une composante génétique dans le lipœdème, et il a été observé dans certaines familles. .

”



“

FAQ

Le traitement du lipœdème peut-il aider à atténuer les comorbidités ?

La gestion du lipœdème par la compression, le drainage lymphatique manuel et, dans certains cas, la liposuccion, peut contribuer à atténuer certains symptômes et réduire le risque de comorbidités associées

Y a-t-il un traitement curatif pour le lipœdème ?

Il n'existe pas de traitement curatif pour le lipœdème.

Diverses approches peuvent aider à gérer les symptômes.

”



“

FAQ

La perte de poids est-elle efficace pour traiter le lipœdème ?

La perte de poids n'est pas efficace pour réduire la graisse spécifique au lipœdème.

Maintenir un poids corporel sain peut contribuer à diminuer l'inflammation et limiter les poussées de lipœdème

Comment fonctionne la compression dans le traitement du lipœdème ?

Les vêtements de compression, tels que les collants, bas ou les manchons, sont utilisés pour aider à réduire le gonflement et à améliorer la circulation sanguine, lymphatique dans les membres affectés

”



“

FAQ

Existe-t-il des médicaments spécifiques pour le traitement du lipœdème?

À ce jour, il n'existe pas de médicaments spécifiques approuvés pour le traitement du lipœdème.

Le traitement du lipœdème est-il couvert par l'assurance maladie?

A ce jour, il n'y a aucune prise en charge par l'assurance maladie, la maladie n'étant pas reconnue en France

”



“

FAQ

Existe-t-il un régime alimentaire spécifique recommandé pour les personnes atteintes de lipœdème?

Testez l'alimentation qui vous convient

Jeun
intermittent

Rare Adipose
Diet (RAD)

Anti-
inflammatoire

Low Carb



Hypocalorique

Cétogène

”



“

FAQ

La restriction calorique peut-elle aider à réduire les symptômes du lipœdème ?

La restriction calorique n'a pas un impact sur la réduction de la graisse spécifique au lipœdème. Il est préférable de se concentrer sur des choix alimentaires adaptés et sur le maintien un poids corporel stable pour limiter l'état inflammatoire.

La consommation de sel a-t-elle un impact sur le lipœdème?

La réduction de la consommation de sel peut aider à minimiser la rétention d'eau, mais cela ne résout pas le lipœdème lui-même. Une alimentation équilibrée avec une modération de sel est généralement recommandée.

”



“

FAQ

Les compléments alimentaires peuvent-ils être utiles dans la gestion du lipoedème ?

Les compléments alimentaires ne sont généralement pas utilisés spécifiquement pour traiter le lipoedème.

Cependant, des suppléments tels que les oméga-3 ou la vitamine D peuvent avoir des bienfaits pour la santé et l'inflammation, prenez conseil auprès de votre médecin

”



“

FAQ

La déshydratation peut-elle affecter le lipœdème?

La déshydratation peut accentuer la rétention d'eau, mais n'est la cause sous-jacente du lipœdème.

Il est important de maintenir une hydratation adéquate.

Un nutritionniste peut-il aider dans la gestion du lipœdème ?

Travailler avec un nutritionniste sensibilisé et connaissant la pathologie peut être bénéfique pour développer un plan alimentaire adapté aux besoins individuels en lien avec la maladie

”



“

FAQ

L'exercice peut-il aider à réduire les symptômes du lipœdème ?

L'exercice régulier peut contribuer à améliorer les sensations des symptômes du lipœdème tels que le gonflement et la douleur.

Quel type d'exercice est recommandé pour les personnes atteintes de lipœdème?

Les exercices à faible impact, tels que la marche, la natation, le vélo, et l'aquagym, peuvent être particulièrement bénéfiques.

Les exercices de renforcement musculaire peuvent également être utiles.

”



“

Le lipœdème peut-il rendre l'exercice douloureux?

FAQ

Les personnes atteintes de lipœdème peuvent ressentir de la douleur lors de l'exercice en raison de la pression exercée sur les tissus déjà sous pression

Il est important de choisir des activités adaptées

La pratique du yoga peut-elle être bénéfique pour les personnes atteintes de lipœdème ?

Le yoga, les postures douces, la sophrologie, la méditation, peut aider à améliorer la flexibilité, la circulation et à réduire le stress et l'inflammation

”



“

FAQ

Les exercices de musculation peuvent-ils aider à réduire la graisse du lipœdème?

Les exercices de musculation renforcent les muscles et améliorent la tonicité, ils ne ciblent pas la réduction de la graisse du lipœdème.

Quels sont les avantages de l'aquagym pour le lipœdème?

L'aquagym, en raison de la sensation de flotaison offre un environnement à faible impact qui peut aider à soulager la pression sur les articulations

”



“

FAQ

Qu'est-ce que le drainage lymphatique et en quoi consiste-t-il?

Le drainage lymphatique est une technique manuelle qui vise à stimuler la circulation lymphatique, favorisant ainsi le drainage des liquides excédentaires et réduisant le gonflement.

Le drainage lymphatique est-il efficace pour traiter le lipoedème ?

Le drainage lymphatique peut être bénéfique pour les personnes atteintes de lipoedème en aidant à réduire le gonflement, à améliorer la circulation lymphatique et à atténuer certains symptômes tels que la douleur.

”



“

FAQ

Qui peut effectuer des séances de drainage lymphatique pour le lipoedème ?

Les professionnels qualifiés pour effectuer des séances de drainage lymphatique incluent les thérapeutes spécialisés en drainage lymphatique, les kinésithérapeutes et massothérapeutes.

Le drainage lymphatique peut-il être douloureux ?

Le drainage lymphatique est une technique douce et non douloureuse.

Cependant, certaines personnes peuvent ressentir une légère sensibilité pendant ou après la séance suivant les douleurs ressenties avec le lipoedème

”



“

FAQ

Le drainage lymphatique est-il remboursé par l'assurance maladie?

Le drainage peut être remboursé en indiquant “rééducation des membres inférieurs” chez le kinésithérapeute.

Peut-on utiliser des appareils de drainage lymphatique mécanique pour le lipœdème?

Certains dispositifs “Bottes de pressothérapie” (efficacité 6 points de compression minimum) peuvent être utilisés pour fournir une forme de drainage lymphatique mécanique.

”



“

FAQ

Le drainage lymphatique peut-il être réalisé pendant la grossesse en cas de lipoedème ?

Le drainage lymphatique peut être adapté pour les femmes enceintes atteintes de lipoedème, mais il est essentiel de consulter un professionnel de la santé spécialisé en thérapie lymphatique pour des recommandations appropriées.

À quelle fréquence doit-on recevoir des séances de drainage lymphatique pour le lipoedème?

La fréquence des séances de drainage lymphatique peut varier en fonction du ressenti des symptômes.

Il est préconisé 2 séances par semaine de minimum 45 minutes

”



“

FAQ

Qu'est-ce que la contention /compression dans le contexte du lipœdème ?

La contention fait référence à l'utilisation de vêtements de compression, tels que des bas, des collants ou des manchons, pour appliquer une pression contrôlée sur les membres affectés par le lipœdème.

Quel est l'objectif de la contention /compression ?

Elle vise à réduire le gonflement, à améliorer la circulation sanguine et lymphatique, et à atténuer les symptômes du lipœdème tels que la douleur.

”



“

FAQ

Quelle type de compression est recommandée pour le lipœdème?

Il est recommandé de porter de la compression maille plate rectiligne sur mesure .

Faut-il porter des vêtements de contention en permanence?

La recommandation de port des vêtements de contention peut varier suivant les recommandations du médecin.

Certaines personnes peuvent les porter toute la journée, tandis que d'autres peuvent les utiliser lors d'activités spécifiques ou pendant la nuit

”



“

FAQ

Le port de vêtements de contention/compression est-il douloureux ?

Les vêtements de contention/compression sont conçus pour être confortables, mais certaines personnes peuvent ressentir une légère gêne au début.

Il est important d'ajuster la taille et la pression avec l'aide d'un professionnel (orthésiste)

La chirurgie est-elle une option de traitement pour le lipœdème?

la liposuction technique spécifique, est souvent considérée comme une option de traitement pour le lipœdème afin de réduire la quantité de graisse accumulée mais aucunement un traitement curatif

”



“

FAQ

Quelle est la procédure de liposuction pour le lipœdème?

La liposuction technique spécifique pour le lipœdème implique l'élimination chirurgicale de la graisse excédentaire



”



“

FAQ

La liposuction élimine-t-elle définitivement le lipoedème ?

La liposuction peut réduire de manière significative la graisse du lipoedème, il n'existe actuellement aucun traitement curatif définitif.

La liposuction est-elle recommandée pour tous les stades du lipoedème?

La liposuction est recommandée pour tous les stades du lipoedème suivant les symptômes ressentis

”



“

FAQ

Y a-t-il des risques associés à la liposuction pour le lipœdème?

Comme toute intervention chirurgicale, la liposuction comporte des risques potentiels, tels que les saignements et les réactions aux anesthésies, infections

Quel est le temps de récupération après une liposuction pour le lipœdème?

Le temps de récupération peut varier, mais la plupart des personnes peuvent reprendre leurs activités normales après quelques semaines. Un port de vêtements de compression est recommandé pendant la période de récupération.

”



“

FAQ

Quels sont les soins post-opératoires recommandés après une liposuction pour le lipœdème ?

Les soins post-opératoires peuvent inclure le port de vêtements de compression, la prise de médicaments prescrits, la gestion de la douleur, drainages lymphatiques, activité physique et le suivi régulier avec le chirurgien.

Le port de vêtements de compression est-il nécessaire après la liposuction pour le lipœdème?

Le port de vêtements de compression est recommandé après la liposuction pour aider à réduire les œdèmes, à favoriser la guérison, et à maintenir une pression constante sur les zones traitées.

”



“

FAQ

Combien de temps faut-il porter les vêtements de compression après la liposuction?

La durée recommandée peut varier, mais en général, les patients sont encouragés à porter des vêtements de compression pendant plusieurs semaines à plusieurs mois, selon les recommandations du chirurgien.

Quels sont les symptômes normaux pendant la période post-opératoire?

Certains symptômes post-opératoires normaux incluent les œdèmes, des ecchymoses, une sensibilité cutanée ou insensibilité au toucher, douleurs.

Ces symptômes diminuent généralement avec le temps.

”



“

FAQ

Quand peut-on reprendre ses activités normales après la liposuction?

La reprise des activités normales dépend de la rapidité de la récupération individuelle.

Les activités légères peuvent souvent être reprises après quelques jours à quelques semaines.

Quels sont les conseils alimentaires post-opératoires après une liposuction pour le lipoedème ?

Une alimentation anti- inflammatoire, équilibrée est importante pour favoriser la guérison.

Bien s'hydraté, de suivre les conseils du chirurgien

”



“

FAQ

Le suivi régulier avec le chirurgien est-il nécessaire après la liposuction ?

Visites de suivi régulièrement ou contacts avec le chirurgien sont essentiels pour évaluer la progression de la guérison, résoudre tout problème éventuel, et ajuster le plan de traitement au besoin.

”



“

FAQ

Au bout combien de temps les résultats de la liposuction pour le lipœdème sont-ils visibles?

Les résultats peuvent être visibles après quelques semaines, mais la pleine récupération et les résultats finaux peuvent prendre plusieurs mois à un an. La patience est importante pendant cette période.

Quand peut-on reprendre l'exercice après la liposuction pour le lipœdème?

La reprise de l'exercice dépend de la recommandation du chirurgien.

Dans de nombreux cas, des activités légères peuvent être reprises après quelques semaines, mais les exercices plus intenses peuvent nécessiter plus de temps.

”



“

FAQ

Quels sont les critères pour être considéré comme un candidat pour la liposuction en cas de lipoedème ?

Les critères peuvent varier, en cas de symptômes significatifs tels que la douleur, et une altération de la qualité de vie malgré des traitements conservateurs.

Le poids du patient doit-il être stable avant la liposuction?

Il est recommandé que le poids du patient soit stable avant la liposuction, il peut-être demandé une perte de poids suivant le chirurgien qui prend en charge

”



“

FAQ

Faut-il arrêter certains médicaments avant la liposuction ?

Certains médicaments, tels que les anticoagulants, peuvent devoir être arrêtés avant la chirurgie pour réduire le risque de saignement excessif.

Il est important de discuter de tous les médicaments avec le chirurgien et l'anesthésiste.

Le patient doit-il porter des vêtements de compression avant la liposuction ?

Le port de vêtements de compression peut être recommandé avant la liposuction pour aider à préparer les tissus et à réduire le gonflement préopératoire.

Cela dépendra du plan de traitement du chirurgien.

”



“

FAQ

Quelles sont les attentes réalistes avant la liposuction pour le lipœdème ?

Il est important d'avoir des attentes réalistes quant aux résultats de la liposuction.

Bien que la chirurgie puisse améliorer significativement les symptômes, elle peut ne pas résoudre complètement tous les aspects du lipœdème.

Doit-on cesser de fumer avant la liposuction ?

Il est fortement recommandé de cesser de fumer avant la liposuction, car le tabagisme peut augmenter le risque de complications post-opératoires, tels que des problèmes d'infection et de cicatrisation.

”



“

FAQ

Quelles questions le patient devrait-il poser lors de la consultation pré-opératoire?

Poser des questions sur les résultats attendus, le processus de récupération, les risques potentiels, les alternatives à la liposuccion, et toute autre préoccupation personnelle liée à la chirurgie.

Il est essentiel que la patiente et le chirurgien discutent en détail de tous les aspects de la procédure avant la liposuccion pour s'assurer qu'elle soit bien informée et préparée pour la chirurgie.

”



“

FAQ

Que devrais-je inclure dans ma valise pour l'opération de liposuction pour le lipœdème ?

Liste non exhaustive

- Des crocs (votre allié non sexy)
- Des alèses pour les fuites au niveau des pansements
- Les collants prescrits
- Vêtements de rechanges et confortables
- Trousse de toilette
- Trousse à pharmacie avec les médicaments prescrits
- Un livre pour penser à autre chose
- Un chargeur de téléphone (fil au moins 1 m)
- Serviettes de toilette et gant
- Aide à l'enfilage de type "easyslide" pour faciliter le post-op
-

”

