



ELÄMÄÄ  
LIPÖDEEMAN  
KANSSA JA  
RASVAIMU

Yasmina Kemppainen  
4.5.2019



# Miten kaikki alkoi?

- 12-vuotiaana huomasin olevani erilainen
- Olin alipainoinen mutta jalat olivat kookkaat ylävartalooni nähden
- Kuntoni oli hyvä. Silti jokavuotisessa Cooperin-testissä olin aina viimeinen
- Kävellessä polvet hankautuivat yhteen
- Söin nuoruudessa aina niukasti ja en tykännyt edes epäterveellisestä ruuasta
- Vertasin omia jalkoja muitten jalkoihin
- Jalat väsyi nopeasti kävellessä
- Jalkoja kolotti usein "kasvukivuiksi selitelty"
- Jalat olivat raskaat ja mustelmaherkät



# Eteneminen 2.tasolle

- Vuonna 2004 paino nousi 30kg
- En kyennyt enää juuri kävelemään
- Kivut kolminkertaistuivat
- En kyennyt enää tekemään töitä
- Kipuja selitettiin parantumattomiksi hermokivuuiksi
- Ankaralla 4-6 tunnin päivittäisellä treenillä sain 30kg pois
- Olin kitudieetillä noin 2 vuoden ajan
- Ihmettelin miksi laihtuminen on niin vaikeaa ja hidasta
- Ei ollut muuta elämää kuin treeni ja laihduttaminen
- Mielessä oli halu näyttää ja kävellä normaalisti



- Hoitoalan ammattilaiset sanoivat että jalat täytyy nyt vain hyväksyä ja niistä ei enää tule normaaleja

# 30kg jälkeen

- yläkropassa ei ollut enää yhtään rasvaa
- jaloissa ja lantiolla oli edelleen runsaasti rasvaa
- olo oli turhautunut ja kyllästynyt
- rasvakohdat olivat kosketusarat, mustelmaherkät ja kipeät
- ravitsemusterapeutti suositteli ruokavalioon joka aterialle lautasmallin mukaisesti hiilareita
- paino nousi nopeasti useita kiloja ja olo oli tukala
- talvisin jalkojani kolotti ja niiden kesti palautua useita tunteja kylmyydestä
- päätin säästää rahaa yksityiselle ja selvittää asian



# Matka diagnoosiin

- Vuonna 2017 kesällä menin Helsingissä yksityiselle plastiikkakirurgille
- Hän oli oikeilla jäljillä ja epäili minulla lymfödeemaa
- Hakeuduin imutietutkimukseen ja pääsin lähetteellä HUSin plastiikkakirurgian polille
- Googletin imutiesairauksia ja löysin tietoa lipödeemasta englanniksi
- HUSissa sain vahvistuksen diagnoosille ja pääsin leikkausjonoon
- Prosessi diagnoosista leikkaukseen kesti 10kk



# Leikkaus HUSilla

- Elokuussa 2018 operoitiin vasen alaraaja kerralla
- Poistettiin 1,4L pohkeesta ja reidestä 1,9L
- Leikkauksen jälkeen ihmettelin tätä kokonaismäärää
- Itse näin että pelkästään pohkeista polviin olisi ollut yhteensä 3,8L poistettavaa
- Luotin kirurgiin mutta 2kk myöhemmin jalka ei tuntunut eikä näyttänyt oikealta
- Ilmaisin tyytymättömyyteni mutta tulosta ei haluttu korjata
- Ryhdyin tutkimaan vaihtoehtoja korjatakseeni tuloksen ulkomailla



# Valinta Med Plast klinikalle

- Facebookissa on kansainvälinen "Global Lipoedema Awareness Surgeries/Doctors"- lipödeemaryhmä, jossa potilaat esittelevät leikkauksen lopputuloksia ja kokemuksiaan
- Vertailin lopputuloksia ja päädyin ottamaan yhteyttä kahteen klinikkaan
- Olin vakuuttunut Med Plast - klinikasta ([www.med-plast.de](http://www.med-plast.de)) kuvien ja puhelinkonsultaation perusteella
- He tarjoutuivat korjaamaan tuloksen ja poistamaan loput rasvat
- Operaatiopäivät varattiin ja jouduin tästä maksamaan yhteensä 12000 euroa

# Lipödeeman hoitoleikkaukset Med Plastilla

- käytössä vesisuihkuavusteinen rasvaimu
- tehdään nukutuksessa yleisanestesiassa, mahdollistaa suurempien rasvamäärien poiston
- menetelmä klinikalla on hellävarainen eikä vahingoita imuteitä tai aiheuta hermovaurioita
- Kirurgi Frank Labschies on erittäin kokenut lipödeeman ammattilainen
- Labschies tiiminsä kanssa omasta mielestäni paras alalla poistaen suurimman osan rasvasta
- Tuloksesta tulee tasainen operoidessa molemmat puolet samaan aikaan



# WAL rasvaimu Med Plastilla

- vesisuihkuavusteinen rasvaimu
- iholle tehdään pieniä pistosjälkiä mistä rasvaa halutaan poistaa
- raajat käsitellään tumescence liuoksella
- liuos vähentää kipuja ja turvotusta leikkauksen jälkeen
- pistoskohtiin laitetaan kanyylipuikkoja, jotka ruiskuttavat vesiliuosta
- rasvasolut kulkeutuvat pois putken kautta
- lopputulos on pysyvä mutta terveelliset elintavat ovat tärkeitä leikkauksen jälkeenkin

# Pohkeiden rasvaimu 20.2.19

- ennen leikkausta paino 63kg
- HUSilla poistettiin vasemmasta pohkeesta 1,4L
- Med Plast poisti vielä 0,8L
- Oikeasta pohkeesta poistettiin Med Plastilla 2,8L



Leikkausta ennen



Heti leikkauksen jälkeen



Ennen leikkausta 20.2.19

# Reisien rasvaimu 9.4.19

- Paino ennen leikkausta 61kg
- HUSilla poistettiin vasemmasta reidestä 1,9L
- Med Plast poisti vasemmasta reidestä ja lantiolta vielä lisää 2L
- Oikeasta reidestä ja lantiolta poistettiin 3,6L



Ennen leikkausta



3 viikkoa  
leikkauksesta

# Tärkeydestä suorittaa rasvaimu oikein

- Rasvaa pitää poistaa riittävästi ja menetelmä täytyy tehdä oikein
- Lipödeemasta tietämätön ei voi suorittaa rasvaimua oikein
- Lipödeemarasva on vaikeampaa poistettavaa kuin tavallinen rasva
- Kukaan ei taatusti halua samaa tuskaa uudelleen
- Leikkauksia ei tulisi joutua uusimaan, koska silloin menetelmässä on jotain pahasti pielessä
- Kokematon kirurgi voi vahingoittaa imuteitä ja hermoja
- Kirurgin tehtävä on poistaa vuosien tuska, häpeä ja antaa mahdollisuus uuteen ja normaaliin elämään

# Elämää 2,5kk/3 vk leikkauksien jälkeen

- vahvoja kipulääkkeitä ei enää ole
- en väsy enää niin nopeasti kävellessä
- jalat eivät tunnu raskailta
- jaloissa on lämmin sävy entisten kuolemankalpeiden jalkojen tilalla
- syyllisyydentunne on poissa
- tuijotukset kaduilla loppuneet
- halveksivat katseet ovat poissa
- mustelmaherkkyys poistunut
- en tunne enää kipua tai papumaisia ryynejä puristaessa ihoa
- suunnittelen uusia asioita mitä en ole koskaan voinut edes haaveilla



# Tietoa tarvitaan lisää

- monen muun kamppailu jatkuu edelleen
- seminaari on itselleni vasta alku
- tarvitaan lisää uusia seminaareja
- Suomen opintoihin tulisi saada sisällymään lipödeema
- Suomessa lipödeeman kuuluisi saada diagnoosikoodi
- lymfaterapia tulisi kuulua hoidoksi
- oikeus rasvaimuun kunnallisella puolella
- plastiikkakirurgieja kouluttautumaan Saksaan
- kirjoitan lipödeemablogia avabella.fi

LIPÖDEEMA BLOGI

  
**AVABELLA**  
*Toivo on pelkoa vahvempaa*

≡ AIHEET

Jalat turvoksissa?  
Alavartalo ylävartaloa  
selkeästi suurempi?  
Sinulla voi olla  
**LIPÖDEEMA.**

JULKAISTU 25/05/2018 TEKIJÄ AVABELLA

**Mitä LIPÖDEEMA ON?**