

Vaatheelkunde

Lipoedeem



Beste patiënt,

Wat is lipoedeem?

Lipoedeem is een chronische aandoening van het vetweefsel. De vetcellen zijn groter en onregelmatig van vorm en het vetweefsel is ongelijk verdeeld over het lichaam. De aandoening komt vooral voor ter hoogte van de heupen, bovenbenen, onderbenen en soms de armen. Handen en voeten blijven meestal opvallend slank.

Lipoedeem komt uitsluitend voor bij vrouwen.

Het is belangrijk lipoedeem te onderscheiden van lymfoedeem. Bij lymfoedeem stapelt zich weefselvocht (**lymf**e) op, waardoor bijvoorbeeld voeten en benen kunnen opzwellen. Dit zijn twee verschillende aandoeningen.

Bij sommige vrouwen met lipoedeem kan na verloop van tijd wel een geassocieerd lymfoedeem ontstaan. Dit komt door een verminderde afvoer van weefselvocht en een verslapping van het bindweefsel. Deze combinatie wordt lymfo lipoedeem genoemd.

Mogelijke oorzaken

De exacte oorzaak van lipoedeem is niet gekend. Er bestaan wel enkele theorieën:

Genetische factoren

Lipoedeem komt familiaal voor. **Ongeveer 15% van de patiënten** heeft familieleden met dezelfde aandoening.

Hormonale factoren

Hormonale veranderingen spelen waarschijnlijk een belangrijke rol. Lipoedeem ontstaat vaak tijdens of kort na de puberteit. De aandoening kan zich ook ontwikkelen tijdens de zwangerschap of later, rond de menopauze. Ook schildklierandoeningen kunnen een rol spelen.

Ontstekingsbevorderende voeding

Sommige voedingsstoffen stimuleren een ontstekingsproces in de vetcellen en het omliggende weefsel. Dieetaanpassingen, waarbij onder andere koolhydraten en aspartaam worden beperkt, kunnen de klachten verminderen.

Lipoedeem is geen gevolg van overgewicht.

Overgewicht en sterke gewichtschommelingen kunnen de klachten wel verergeren, maar lipoedeem verdwijnt niet door vermageren.

Symptomen

Bij lipoedeem zie je meestal:

- **symmetrische zwelling**, steeds aan beide zijden van het lichaam. De zwelling zit vooral op **heupen, bovenbenen, knieën en onderbenen**. Hands en voeten zijn niet aangedaan. Zwelling van de voeten kan wijzen op een bijkomend lymfoedeem.
- **pijn en gevoeligheid**
De benen zijn gevoelig of pijnlijk bij druk of aanraking. Vaak is er een zwaar of vermoeid gevoel. Sommige vrouwen ervaren ook een koud gevoel, vooral in de onderbenen. De klachten nemen toe in de loop van de dag en bij warm weer. huidveranderingen
- **huidveranderingen**
De huid voelt zacht aan en kan onregelmatig zijn, met kleine knobbel-tjes. Cellulitis (**sinaasappelhuid**) komt vaak voor. Blauwe plekken ontstaan gemakkelijk, zelfs na lichte druk of stoten.

Hoe gebeurt het onderzoek?

De diagnose lipoedeem wordt gesteld tijdens een **consultatie** op basis van:

- een klinisch onderzoek
- een bloedafname, om hormonale oorzaken uit te sluiten
- een duplexonderzoek van de bloedvaten

Het duplexonderzoek helpt om andere oorzaken van beenzwelling uit te sluiten, zoals een diepveneuze trombose.

Behandeling

Tijdens de raadpleging bespreekt je arts de mogelijke behandelingen, de voor- en nadelen en wat je realistisch mag verwachten.

De behandeling bestaat meestal uit een combinatie van **maatregelen**:

- compressietherapie
- verhoogde fysieke activiteit
- een anti inflammatoir lipoedeemdiet
- preventie van huidproblemen
- behandeling van eventueel geassocieerd lymfoedeem

Compressietherapie

Je krijgt een aangepaste compressielegging speciaal voor lipoedeem. Deze legging draag je dagelijks en kan onder gewone kledij gedragen worden.

Verhoogde fysieke activiteit

Regelmatige beweging heeft een gunstig effect. Vooral zwemmen, wandelen en fietsen kunnen de klachten verminderen en de evolutie van lipoedeem afremmen.

Anti-inflammatoir lipoedeemdieet

Bepaalde voedingsmiddelen kunnen lipoedeem verergeren doordat ze ontsteking in het vetweefsel stimuleren. Een voeding met weinig koolhydraten en zonder aspartaam kan bijdragen tot een vermindering van klachten.

Medicatie

Bij geselecteerde patiënten kan een behandeling met **GLP-1 / GIP receptoragonisten** overwogen worden. GLP-1 beïnvloedt het verzadigingsgevoel en vermindert de eetlust. Het vertraagt ook de spijsvertering. GIP helpt bij het reguleren van de bloedsuikerspiegel, waardoor minder snel calorieën worden opgeslagen als vet.

Preventie van huidproblemen

De huid en nagels zijn bij lipoedeem kwetsbaarder. Wondjes ontstaan sneller en genezen trager. Dagelijkse controle van huid en nagels is belangrijk. Regelmatige pedicure wordt aangeraden. Hydrateer je huid dagelijks, zeker omdat compressiekledij de huid kan uitdrogen.

Behandeling van geassocieerd lymfoedeem

Als er ook lymfoedeem aanwezig is, kan behandeling met manuele lymfedrainage en therapeutische compressiekousen nodig zijn. Manuele lymfedrainage is een zachte, pijnloze massage waarbij de kinesist met lichte, ritmische bewegingen de afvoer van lymfe stimuleert. Therapeutische compressiekousen worden steeds op maat gemaakt en moeten dagelijks gedragen worden.

Liposuctie

In geselecteerde gevallen kan heelkundige behandeling met liposuctie een optie zijn, vooral bij lipoedeem ter hoogte van de heupregio. Voorzichtigheid is noodzakelijk, omdat liposuctie lymfoedeem kan uitlokken.

Ook na liposuctie blijven compressietherapie, een anti-inflammatoir dieet en voldoende beweging noodzakelijk.

Opvolging

Je wordt opgevolgd op de consultatie vaatheelkunde. Bij het ontstaan van een wonde ter hoogte van een lidmaat met lipoedeem is een snellere consultatie aangewezen.

Wens je meer informatie?

Je kan terecht op de consultatie vaat- en thoraxheelkunde:

- **dr. Bram Balduyck**
(www.dokterbalduyck.be)
- **dr. Lore Fias**
(www.drlorefias.be)
- **dr. Jan Gielis**
(www.drgielis.be)

Je kan ook een afspraak maken op de privéconsultatie. Voor locaties en afspraakmogelijkheden kan je terecht op www.azrivierenland.be of op de privéwebsite van de artsen.



Hier noteer ik mijn eventuele vragen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Wij wensen jou een aangenaam verblijf en een spoedig herstel toe!



Honger of dorst?

Breng een bezoekje aan onze **bistro Azter** op campus Rumst of campus Bornem!

CAMPUS RUMST

's Herenbaan 172 | 2840 Rumst
03 880 90 11
spoedgevallen: 03 880 95 20

CAMPUS BORNEM

Kasteelstraat 23 | 2880 Bornem
03 880 90 11
spoedgevallen: 03 890 16 03

CAMPUS WILLEBROEK

Tisseltsesteenweg 27 | 2830 Willebroek
03 880 90 11

ref.: 50121281

versie: 18/05/2026

foto's & illustraties: Adobe stock

eigenaar: dr. Bram Balduyck, vaatheelkunde

v.u.: Sofie Vermeulen, communicatieverantwoordelijke

Maatschappelijke zetel:

vzw AZ Rivierenland | 's Herenbaan 172 | 2840 Rumst

RPR 0416 851 659 | Erkenningsnummer 104 | Bevoegde rechtbank: Antwerpen

www.azrivierenland.be | info@azr.be

