

Cellerische  
Zeitung  
v. 25.05.24

# „Die Diagnose war wie eine Befreiung für mich“

## Lip- und Lymphödem: Winser Lily Turtles feiern Zehnjähriges und laden zu Aktiv-Tag nach Walle ein

**WALLE.** Zum ersten Treffen kamen vier Frauen, drei aus Hannover und sie selbst. „Wir haben uns damals in der alten Touri-Information am Amtshof getroffen“, sagt die Winserin Katja Wagner. Seitdem ist die Selbsthilfegruppe „Lily Turtles“ immer größer geworden. Heute kommen rund 25 Frauen zu den regelmäßigen Treffen der von Lip- und Lymphödem Betroffenen. Dazu kommen knapp 70 Menschen, die an den Sportkursen teilnehmen oder die Gruppe passiv unterstützen. Auch zwei Männer sind darunter. Am Samstag, 8. Juni, feiern die „Lily Turtles“ mit einem Aktiv-Tag im Sportheim in Walle ihr zehnjähriges Bestehen.

Den Namen hat sich die 55-jährige Gründerin der Gruppe ausgedacht. Lily ist

die Abkürzung für Lip- und Lymphödem. Turtles hat sie gewählt, weil sie sich selbst manchmal wie eine Schildkröte vorkommt. „Mein ganzer Körper ist vom Hals abwärts in Kompression“, sagt sie. Das heißt: Um die Schmerzen zu ertragen, hat sie nicht nur Kompressionsstrümpfe an, sondern auch eine Weste und Armstrümpfe.

Der Begriff Lipödem beschreibt eine chronische, unregelmäßige und zudem schmerzhafte Fettverteilungsstörung. Die Krankheit betrifft überwiegend Frauen und führt zu einer übermäßigen Ansammlung von Unterhautfettgewebe, insbesondere an den Hüften, Oberschenkeln, Knien und Unterschenkeln. Das Lymphödem ist etwas anders gelagert, auch hier sind

vor allem Frauen betroffen, zum Beispiel nach Brustkrebs-erkrankungen.

„Ich habe meine Diagnose im Jahr 2008 bekommen“, sagt

„Ich war nicht mehr nur die Dicke. Es steckte eine Krankheit dahinter.“

Katja Wagner  
Gründerin Selbsthilfegruppe



Katja Wagner, die sehr offen mit ihrer Krankheit umgeht. „Das war damals wie eine Befreiung für mich. Ich war nicht mehr nur die Dicke, sondern es steckte eine Krankheit dahinter.“ Betroffene Frauen wie sie

würden in ihrem Leben viele negative Erfahrungen machen. Die 55-Jährige berichtet von Stigmatisierung, Mobbing und Diskriminierung. „Es sind die

Blicke von anderen Leuten, wenn man zum Beispiel ein Eis isst. Das tut richtig weh“, berichtet die Turtles-Gründerin. Die Mutter einer Tochter hat für sich einen Weg gefunden. Durch konsequente Ernäh-

rungsumstellung und viel Sport habe sie 34 Kilo abgenommen. Andere Frauen lassen sich Fett absaugen, die Krankheit lasse sich so allerdings nicht besiegen. Für die Fettverteilungsstörung gebe es keine Heilung.

Katja Wagner, die auch Landessprecherin des Vereins Lymphselbsthilfe ist, hat sich zur Sporttherapeutin weiterbilden lassen. Sie gibt für die Teilnehmerinnen der Lily Turtles jeden Mittwoch einen Gymnastikkurs, freitags geht es zur Wassergymnastik ins Schwimmbad. Die Winserin verweist darauf, dass von Ärzten verordneter Reha-Sport bei ihr absolviert werden kann und die Kassen die Leistung übernehmen. Außerdem trifft sich die Gruppe zweimal im Monat zu Gesprächskreisen. „Dann tauschen wir uns aus

und reden zum Beispiel über Ärzte, Sanitätshäuser und Reha-Kliniken“, sagt Katja Wagner.

Der Aktiv-Tag findet am Samstag, 8. Juni, im Sportheim Walle statt. Der Tag soll Betroffene, Partner und Interessierte zusammenbringen. Ziel ist es, Vorurteile und Vorurteile abzubauen. Angeboten werden verschiedene Kurse wie Gymnastik, Yoga, Erlebnistanz und Fitness querbeet. Das Programm geht von 9 bis 16 Uhr. Von Winsen aus gibt es einen Shuttle-Bus nach Walle. Um Anmeldungen bis zum 5. Juni wird gebeten, per E-Mail an [katja@lily-turtles.de](mailto:katja@lily-turtles.de). Mitglieder der Lily Turtles und des SV Walle haben freien Eintritt. Nichtmitglieder zahlen 15 Euro, inklusive Speisen und Getränke. (siz)