



## TuS 08 Lintorf informiert

### > Gesund & Aktiv <

**Pressemitteilung vom 13. Februar 2020**

### **Erfolgreiche Info-Veranstaltung zum Thema „Sport mit Lipödem“**

#### **beim TuS 08 Lintorf**

Am Samstag, 08.02.2020, fand in den Räumlichkeiten „B117“ des TuS Lintorf eine Infoveranstaltung zum Thema „Sport mit Lipödem“ statt.

Lipödem-Betroffene haben meist einen langen Leidensweg vor und nach der Diagnose hinter sich. Bei der Krankheit Lipödem handelt es sich um eine unheilbare Fettverteilungsstörung, die meist Frauen betrifft.

In der Gesellschaft werden die Betroffenen meist als übergewichtig mit fehlendem Willen zur Gewichtsreduktion abgestempelt. Durch diese Diskriminierung scheuen sie sich oftmals, öffentlich Sport zu treiben, um sich nicht den Blicken und Anfeindungen anderer Sportler auszusetzen. Neben den klassischen Behandlungsmethoden wie Manuelle Lymphdrainage und das Tragen angepasster Kompressionskleidung unterstützt sportliche Betätigung den Stoffwechsel und regt u.a. die Venenpumpe an, die hilft, die Flüssigkeit aus dem Gewebe zu befördern.

Die Anwesenden tauschten sich rege über Behandlungsmethoden und ihren Alltag mit der Krankheit aus. Das Sanitätshaus Quarg aus Lintorf präsentierte verschiedene Modelle von Kompressionskleidung und stand bei einer offenen Fragerunde beratend zur Verfügung. Angela Scheunemann von „freifühlen“ informierte sowohl über sinnvolle Ernährung wie auch eine spezielle Massagetechnik, die den Abtransport der Lymphflüssigkeit unterstützen kann. Alexa Steele von „Steelevoll“ stellte Mode vor, die insbesondere für starke Frauen entworfen wurde. Die Gründerinnen von „lanuc Sport“ referierten zusammen mit Sabrina Schmitz, Sportkoordinatorin und Trainerin des TuS Lintorf, über die positive Wirkung sportlicher Betätigung.

Aufgrund der positiven Resonanz plant der TuS Lintorf für Betroffene ab März 2020 einen Sportkurs. Auch von Adipositas betroffene Frauen können an diesem Angebot teilnehmen.

Interessierte melden sich bitte bei der Sportkoordinatorin des TuS 08 Lintorf, Sabrina Schmitz, unter 0174-9988084 oder Sabrina.Schmitz@tus08lintorf.de.

**Ihr Team des TuS 08 Lintorf**