



ICZOVZW

Grip op lipoedeem

Als professional krijg je zeker al eens vrouwen over de vloer die klachten hebben over “ zware benen”, “ pijnlijke benen”. Daarnaast zullen symptomen als “ bij het minste heb ik last van blauwe plekken” je ook wel regelmatig rondom de oren klinken. Vrouwen die ten einde raad zijn, die reeds alle diëten gevolgd hebben, met wisselend resultaat en dan meestal nog 2 kledingmaten verschil hebben tussen boven- en onderlichaam. Jonge vrouwen, in de bloei van hun leven, die enkel te horen krijgen dat afvallen de enige oplossing om die “ dikke benen” te verminderen en dan radeloos in jouw praktijk terecht komen. Waarschijnlijk zitten er daar vrouwen tussen die last hebben van lipoedeem. Wil je meer weten over lipoedeem en hoe je dit als zorgverlener het best kan aanpakken, of wat jouw bijdrage kan zijn in de multidisciplinaire aanpak van vrouwen met lipoedeem, dan is deze methode zeker het ontdekken waard.

De cursus is wetenschappelijk onderbouwd en biedt je inzicht in het mechanisme van lipoedeem. Kun je advies gebruiken om vrouwen met lipoedeem te bereiken. Zoek je een houvast om vrouwen met lipoedeem te begeleiden of wil je een aanpak waarvoor vrouwen met lipoedeem speciaal naar jouw praktijk komen, dan biedt deze methode “ Grip op lipoedeem” zeker een vertrekpunt om het beste in je patiënten naar boven te halen, zodat ze weer grip krijgen op hun leven. Zo kunnen ze hun leven met lipoedeem weer richting geven en de beste versie van zichzelf worden.

Inhoud

- Wat is lipoedeem
 - Pijneducatie
 - Centrale sensitisatie
 - Stress respons systeem
- De 5 V's
 - Vitaliteit
 - Veerkracht
 - Vlakbrei
 - Voorlichting
 - Voeding
- ILA- consensus Highlights
 - Bespreking van Internationale Consensus Document van ILA (International Lipoedema Association), nieuwe richtlijnen sinds 2020
- Lipoedeem binnen de gezondheidszorg



ICZOVZW

Doel

Lipoedeem komt alsmear meer voor binnen de gezondheidszorg. Patiënten die de diagnose krijgen, hebben vaak al een hele weg afgelegd waarbij ze heel dikwijls op onbegrip stoten. Met deze opleiding willen we gezondheidswerkers, fysiotherapeuten, artsen, verpleegkundigen meer wegwijs maken in het mechanisme van lipoedeem. Na deze cursusdag ben je in staat lipoedeempatiënten te begeleiden volgens de methode "Grip op lipoedeem". In een interactieve lesdag kom je veel te weten over lipoedeem, het belang van multidisciplinaire samenwerking en kan je ervaring uitwisselen.

Je krijgt praktische handvaten mee, je leert meer over het mechanisme van lipoedeem en vooral ook hoe kan je deze patiënten inhoudelijk het beste begeleiden. De methode "Grip op lipoedeem" geeft je een overzicht van hoe je als therapeut de patiënt kan begeleiden naar zelfmanagement, voorlichting en bewegingsactiviteiten. De opleiding is interdisciplinair van opzet en geeft iedere discipline de juiste handvaten om lipoedeem te herkennen en te weten hoe de begeleiding van een vrouw met lipoedeem eruit zou moeten zien. In een eerste deel wordt toegelicht wat lipoedeem is. Waar het zich situeert binnen de gezondheidszorg en wat de rol is van pijneducatie en centrale sensitatie.

Het grootste luik van de opleidingsdag gaat over de 5 pijlers van de methode "Grip op lipoedeem", nl de 5 V's: Vitaliteit, veerkracht, vlakbrei, voeding en voorlichting. Deze inzichten geven je tools om vrouwen met lipoedeem te begeleiden in hun traject. Je krijgt meer inzicht in de impact van de klachten en hoe je als zorgprofessional ermee kan voor zorgen dat vrouwen met lipoedeem zo min mogelijk last hebben van de klachten.

In een derde luik wordt een plan van aanpak toegelicht volgens de internationale richtlijnen die sinds 202 door ILA zijn opgesteld. Ook wordt er ingezet op de pijler vitaliteit opdat de vrouwen met lipoedeem het belang inzien van bewegingsactiviteiten in hun plan van aanpak. Welke bewegingsactiviteiten, welk intensiteit, hoe training opbouwen,... Als afsluiter komt lipoedeem binnen de gezondheidszorg aan bod. Waar situeert het zich binnen de kinesitherapie, welke documenten en onderzoeken. Welke disciplines zijn er nodig voor een goede begeleiding en welke compressiemiddelen komen in aanmerking.