

## COMMENT BIEN VIVRE AVEC UN LIPŒDÈME?



En cas de lipœdème, il est essentiel que vous gardiez ou adoptiez un mode de vie sain, avec une alimentation équilibrée et complète ainsi qu'une activité physique régulière.

Les sports en milieu aquatique, comme l'aquagym ou la natation, sont particulièrement bénéfiques. Ils présentent le double avantage de décharger les articulations et de favoriser le drainage des membres, ce qui diminue le risque de complications orthopédiques ultérieures.

Le port d'une compression élastique adaptée permet, chez la majorité des patientes et patients, de réduire la douleur et l'inconfort des jambes.

Chez les personnes présentant une atteinte lymphatique (lipo - lymphœdème), une thérapie décongestionnante complexe par drainages lymphatiques manuels associés à des bandages multicouches peut être nécessaire.

## COMMENT LE SUIVI MÉDICAL EST-IL ASSURÉ?



Au CHUV, vous êtes suivi-e par le Centre des malformations et maladies vasculaires rares, dont la porte d'entrée est le Service d'angiologie.

Lors d'une première consultation, le diagnostic de la maladie est établi ou exclu sur la base de critères cliniques définis. Vous bénéficiez d'une série d'examens complémentaires, dont:

- **Une prise de sang pour vérifier votre état hormonal, inflammatoire et lipidique**
- **Un examen par imagerie qui permet de visualiser et quantifier les dépôts de graisse (composition corporelle par DXA)**
- **Un examen par imagerie qui permet de vérifier la fonction des vaisseaux lymphatiques (lymphofluoroscopie)**

La prise en charge de votre traitement est couverte par l'assurance maladie de base.

## CONTACT

Service d'angiologie  
Mont-Paisible 18  
1011 Lausanne

## POUR UN RENDEZ-VOUS

Par téléphone au 021 314 47 00  
Du lundi au vendredi (9h-11h30 et 13h30-16h30)  
Par e-mail à l'adresse: [angiologie@chuv.ch](mailto:angiologie@chuv.ch)

## INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

[www.chuv.ch/angiologie](http://www.chuv.ch/angiologie)

Service d'angiologie

## Le lipœdème: de la compréhension au traitement



## QU'EST-CE QUE LE LIPOËDÈME?

Le lipœdème est une maladie chronique et évolutive qui provoque un dépôt anormal de tissu graisseux sous la peau. La conséquence est une augmentation disproportionnée et progressive du volume des jambes et, dans certains cas, des bras. Cette maladie touche presque exclusivement les femmes et le plus souvent se manifeste entre 15 et 30 ans, bien qu'elle puisse aussi se présenter après une grossesse ou la ménopause.

Le lipœdème est souvent associé à des symptômes qui peuvent être extrêmement invalidants. Il peut entraîner des hématomes spontanés, une douleur modérée à sévère, ainsi qu'une fatigue, une lourdeur ou encore un inconfort aux jambes.

Le lipœdème est sous-diagnostiqué et méconnu; il est souvent confondu avec d'autres conditions cliniques, comme l'obésité ou le lymphœdème.

Le nombre exact de personnes touchées par cette maladie reste inconnu. Bien qu'elle soit considérée comme rare depuis longtemps, elle est probablement beaucoup plus fréquente qu'on ne le pense.

### QUELLE EN EST LA CAUSE?



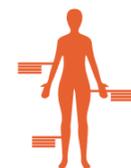
Certaines études ont suggéré que des troubles hormonaux, microvasculaires et lymphatiques ainsi qu'une probable prédisposition génétique pourraient être en partie responsables du développement du lipœdème. Cependant, les connaissances actuelles sur les mécanismes de la maladie restent encore très limitées.

### COMMENT SE MANIFESTE-T-IL?



Le lipœdème se manifeste par un dépôt anormal de tissu adipeux sous-cutané provoquant une augmentation symétrique disproportionnée du volume des jambes, et dans certains cas des bras, par rapport au tronc. En revanche, le dépôt de graisse épargne généralement les mains, les pieds et le torse.

### COMMENT EST-IL DIAGNOSTIQUÉ?



Le diagnostic est basé sur des éléments cliniques et des critères d'exclusion.

La maladie est suspectée en présence des éléments suivants:

- **Répartition disproportionnée de la graisse corporelle avec des fines chevilles**
- **Pas ou peu d'influence de la perte de poids sur la répartition de la graisse**
- **Douleurs à la palpation (ou même spontanées) aux membres concernés**
- **Sensation de fatigue chronique aux membres concernés**
- **Propension aux hématomes sous-cutanés**

- **Œdème ne laissant pas d'empreinte à la pression ou une légère empreinte au terme de la journée**
- **Pas de réduction de la douleur ou de l'inconfort des membres par leur surélévation**

Le lipœdème doit être distingué de toutes les conditions cliniques caractérisées par une augmentation du volume des membres, telles que le lymphœdème et l'obésité.

D'autres causes fréquentes d'œdème, telles que l'insuffisance veineuse chronique, une maladie cardiaque, hépatique, rénale ou endocrinienne, devraient également être écartées.

### QUELS SONT LES RISQUES SI LA MALADIE N'EST PAS TRAITÉE?



Les personnes ayant un lipœdème présentent un risque accru de développer une obésité morbide, qui elle-même est considérée comme un facteur aggravant du lipœdème.

L'excès de graisse sur les fesses, les hanches, les cuisses et le bas des jambes a également un impact sur la marche des patientes et patients et peut entraîner un mauvais alignement de l'axe mécanique des jambes et des lésions articulaires.

De plus, une dermatite chronique, une macération et des infections cutanées peuvent survenir à cause du frottement des masses au niveau de la face interne des jambes et des plis cutanés.

L'effet minime de l'activité physique intensive et les échecs des régimes sur la répartition anormale de la graisse corporelle chez ces personnes induisent souvent des troubles de l'alimentation, une dépression et d'autres complications sur le plan psychologique.

### EXISTE-T-IL UN TRAITEMENT?



Compte tenu du manque d'informations sur les mécanismes à la base de la maladie et de l'expérience relativement limitée en termes de prise en charge, les options thérapeutiques pour le lipœdème restent malheureusement limitées.

Cependant, il est possible de réduire les symptômes et de prévenir la progression de la maladie en agissant sur les facteurs susceptibles de favoriser l'évolution du lipœdème, tels que l'obésité, le lymphœdème, l'insuffisance veineuse ou encore la diminution de l'activité physique.

Un traitement conservateur est généralement proposé et vous serez invité-e à une nouvelle consultation après 6 à 12 mois.

Si votre situation clinique globale ne s'améliore pas de manière satisfaisante ou même s'aggrave, nous organiserons une consultation multidisciplinaire avec les équipes du Service de chirurgie plastique et reconstructive afin d'évaluer l'indication à une prise en charge chirurgicale par lipoaspiration (ou lipectomie).

Un soutien psychologique peut également vous être proposé afin que l'on vous accompagne au mieux.