



# Was ist Rheuma?

**10. Auflage**

Der Begriff »Rheuma« kommt von dem griechischen Wort »fließen«. In der Antike stellte man sich unter Rheuma schleimige Ströme vor, die vom Kopf in die fernen Körperteile fließen und dabei Krankheiten auslösen. Heute verbinden wir mit Rheuma den »fließenden Charakter« ausstrahlender Schmerzen und Beschwerden, die von einem Gelenk zum anderen wandern. Für die Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist Rheuma der Überbegriff für **Erkrankungen, die an den Bewegungsorganen auftreten und fast immer mit Schmerz und häufig mit Bewegungseinschränkung verbunden sind.**

Während man im Altertum nur die Gicht aus der Vielzahl rheumatischer Erkrankungsbilder abtrennen konnte, teilen wir heute den so genannten rheumatischen Formenkreis in vier große Hauptgruppen und viele Untergruppen und einzelne Erkrankungen auf. Unterschieden werden dabei:

## Die entzündlich-rheumatischen Erkrankungen

Bei den Erkrankungen dieser Gruppe findet sich die Entzündung nicht nur örtlich auf eine oder mehrere Gelenke begrenzt, sondern sie hat als Systemerkrankung den gesamten Körper befallen. Die Betroffenen fühlen sich allgemein krank und leistungseingeschränkt, und der entzündliche Prozess ist auch meist (aber nicht immer) anhand der Entzündungswerte im Blut nachweisbar.

Die wichtigste und bekannteste entzündliche Erkrankung ist die **chronische Polyarthritis**, nach ihrem englischen Namen auch **rheumatoide Arthritis** genannt. Oft sind der Rheumafaktor und/oder CCP-Antikörper nachweisbar.

Die zweite große Gruppe sind die **Spondyloarthritis**. Der Name weist darauf hin, dass der Rheumafaktor hier nicht öfter gefunden wird als in der unausgewählten Bevölkerung und dass die entzündliche Erkrankung sowohl die Gelenke als auch die gesamte Wirbelsäule betreffen kann. Die bekanntesten Vertreter sind die **Spondylitis ankylosans** (Morbus Bechterew) und die **Psoriasis-Arthritis**, die entzündlich-rheumatische Erkrankung im Zusammenhang mit einer Schuppenflechte.

Weitere entzündliche Gelenkerkrankungen sind Folgen von Infekten, die meist im Bereich der Harnwege oder des Darmes stattfinden. Auch Gelenkentzündungen, die zusammen mit chronischen Darmentzündungen auftreten (Colitis ulcerosa und Morbus Crohn) gehören zu den Spondyloarthritis.

Eine besondere Form der entzündlichen Gelenkerkrankungen ist die Arthritis des Kindesalters (**Juvenile idiopathische Arthritis**), die neuerdings in 7 Formen unterteilt wird: Es sind die systemische Arthritis, die mit Fieber beginnt und oft Organbeteiligung aufweist. Dann gibt es die Polyarthritis mit und ohne Rheumafaktornachweis, sowie die Arthritis mit Befall nur weniger Gelenke (Oligoarthritis). Zwei Formen ähneln den Spondyloarthritis (Psoriasisarthritis und Enthesitisassoziierte Arthritis). Nicht klar einordenbare juvenile Gelenkentzündungen werden undifferenzierte Arthritis genannt.

Zu den entzündlich-rheumatischen Erkrankungen gehören auch die so genannten **Bindegewbserkrankungen** (Kollagenosen) und die **Vaskulitiden** (Gefäßentzündungen). Beiden Krankheitsgruppen ist gemein, dass aufgrund der Beteiligung innerer Organe und auch der Gefäße schwere, mitunter auch lebensbedrohliche Krankheitsverläufe auftreten können. Betroffen sind die Haut, aber auch Nieren, Herz, Gefäße und Blut bildende Organe sowie das Nervensystem.

Zu den Bindegewbserkrankungen werden der **systemische Lupus erythematoses (SLE)**, die **Systemische Sklerose (Sklerodermie)**, und die **Dermatomyositis** bzw. Polymyositis gezählt. Häufig gibt es Mischerkrankungen (Mischkollagenosen), wie etwa das Sharp-Syndrom. Das **Sjögren-Syndrom** mit der im Vordergrund stehenden Trockenheit von Mund und Auge tritt gelegentlich auch gemeinsam mit der rheumatoiden Arthritis auf.

Zu den Vaskulitiden gehören die im höheren Alter vorkommende Muskelerkrankung **Polymyalgia rheumatica** und die oft mit ihr vergesellschaftete **Temporalarteriitis** (Riesenzellarteriitis). Im klassischen Fall besteht eine Entzündung der Schläfenarterie.

Von den weiteren sehr seltenen Erkrankungen sollte nur die **Wegner'sche Granulomatose** und das **Churg-Strauß-Syndrom** Erwähnung finden.

## Degenerative Gelenk- und Wirbelsäulenerkrankungen

Bei den sehr weit verbreiteten degenerativen Gelenkerkrankungen (**Arthrosen**) kommt es zu Schäden des Gelenkknorpels, z. B. im Hüft- oder Kniegelenk. Dabei kann es sich einerseits um rein altersbedingte Veränderung handeln, andererseits können Vorschäden die Ursache sein. Schmerzen und Bewegungseinschränkung sowie manchmal eine örtliche Gelenkentzündung sind die Folge. Die Ursachen der vorzeitigen Knorpelzerstörung können eine zu flach ausgebildete Hüftpfanne, ein Knochenbruch, starke Fehlstellungen, übermäßige Belastungen des Gelenkes oder eine Schwäche des Knorpelstoffwechsels sein. Auch die Bandscheiben können durch Fehlstellung der Wirbelsäule oder Überlastung vorzeitig verschleiben. Die Folge sind Arthrosen der kleinen Wirbelgelenke, die zu starken Schmerzen in der Wirbelsäule führen können. Der zeitweise Einsatz von Schmerzmedikamenten und intensives Training der Rücken- und Bauch-Muskulatur sind bewährte Therapien.

## Weichteilrheumatismus

Die dritte große Gruppe des rheumatischen Formenkreises umfasst die (nicht entzündlichen) weichteilrheumatischen Erkrankungen. Diese Gruppe ist die größte – denn faktisch jeder Mensch wird während seines Lebens von weichteilrheumatischen Beschwerden betroffen. Sie treten durch Überlastung von Muskeln und Reizung von Sehnen und anderen Weichteilgeweben auf. Gewebe werden dabei nicht zerstört, weshalb die Erkrankungen auch Funktionsstörungen genannt werden.

Nicht selten spielt dabei auch körperliche und/oder seelische Überlastung eine Rolle. Meist ist nur eine Körperregion betroffen. Bekannte Beispiele der Muskel-Sehnen-Überlastung sind der Tennisellbogen, die schmerzhafte Schulter nach nächtlichem Liegen mit »verdrehtem Arm«, der »steife Nacken« oder auch Verspannungen im Bereich der seitlichen Hüfte. Auch Rückenschmerzen durch Fehlhaltung (z. B. langes Sitzen am Schreibtisch, o. ä.) gehören hierzu.

Eine sehr ausgedehnte Form des Weichteilrheumatismus ist das **Fibromyalgie-Syndrom**, das zu den chronischen Schmerzerkrankungen gezählt wird. Viele Gelenk- und

Wirbelsäulenregionen sind schmerzhaft betroffen und zahlreiche weitere Symptome kommen hinzu.

## Stoffwechselerkrankungen mit rheumatischen Beschwerden (pararheumatische Erkrankungen)

Zur vierten und letzten Hauptgruppe des rheumatischen Formenkreises zählen Folgen von Erkrankungen, die außerhalb der Bewegungsorgane auftreten. Einen großen Anteil haben Stoffwechselerkrankungen. Ein bekanntes Beispiel ist der Knochenverlust, die **Osteoporose**. Gefürchtete Komplikation ist der Einbruch von Wirbelkörpern, der zu starken Rückenschmerzen führt.

Bei der **Gicht** ist der Harnsäurestoffwechsel gestört. Dadurch kommt es zu einem Anstieg der Harnsäure im Blut und relativ selten auch zur Anreicherung von Harnsäurekristallen in den Gelenken und dadurch zu einer Gelenkentzündung, dem Gichtanfall. Inzwischen kennt man weitere Kristallerkrankungen, die ebenfalls Gelenkentzündungen auslösen.

## Therapie und Hilfe

Der größte Teil der rheumatischen Erkrankungen verläuft chronisch, d. h. die Erkrankungen können zwar heute meist wirksam behandelt, aber nicht völlig geheilt werden. Um so mehr ist es wichtig, dass die Betroffenen nicht nur frühzeitig professionelle Therapie erfahren, sondern auch Information, Rat und Hilfe zur Selbsthilfe bekommen, mit dem Ziel, ein möglichst normales Alltagsleben führen zu können.

Autor:

Dr. Wolfgang Brückle, Bad Pyrmont

Die Rheuma-Liga ist die größte Gemeinschaft und Interessenvertretung rheumakranker Menschen in Deutschland. Wir informieren und beraten fachkompetent und frei von kommerziellen Interessen. Weitere Informationen:

### Info-Hotline 01804 – 60 00 00

(20 ct. pro Anruf aus dem deutschen Festnetz, max. 42 ct. pro Anruf aus den Mobilfunknetzen)

Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew e.V.  
www.bechterew.de • Telefon 09721 – 2 20 33

Lupus Erythematodes Selbsthilfegemeinschaft e.V.  
www.lupus.rheumanet.org • Telefon 0202 – 4 96 87 97

Sklerodermie Selbsthilfe e.V.  
www.sklerodermie-sh.de • Telefon 07131 – 3 90 24 25

Herausgeber:

Deutsche Rheuma-Liga Bundesverband e.V.  
Maximilianstr. 14 • 53111 Bonn

www.rheuma-liga.de • eMail: bv@rheuma-liga.de

10. Auflage 2016 – 20.000 Exemplare  
Drucknummer: MB 1.1/BV/10/2016

Nachdruck mit Unterstützung von  
MSD Sharp & Dohme

