

## Deutsche Rheuma-Liga: Wir sind für Sie da

Rheumatoide Arthritis ist eine rheumatische Erkrankung. Damit kennen wir uns gut aus. Wir beraten Sie gerne und helfen Ihnen.

Bei uns können Sie zum Beispiel Bewegungs-Übungen lernen. Dabei treffen Sie viele andere rheumakranke Menschen, mit denen Sie sich austauschen können.

Erfahren Sie mehr und rufen Sie uns an: **01804 60 00 00\***  
Oder besuchen Sie uns im Internet: **www.rheuma-liga.de**

Ihre Rheuma-Liga vor Ort:

\* 20 ct/Anruf aus dem deutschen Festnetz; Mobilfunkpreise können abweichen, max. 42 ct/Anruf

## Was hilft gegen rheumatoide Arthritis?

Zunächst verschreibt der Arzt Ihnen ein spezielles Medikament. Es kann die Zerstörung der Gelenke aufhalten. Meistens handelt es sich um ein Medikament, das Methotrexat heißt. Es wirkt aber erst nach vier bis sechs Wochen.

In dieser Zeit gibt der Arzt Ihnen andere Medikamente gegen den Schmerz und gegen die Entzündung. Das kann Kortison sein. Oder Schmerzmittel, die gleichzeitig die Entzündung bekämpfen. Sie heißen zum Beispiel Ibuprofen oder Diclofenac.

Manchmal kommt es vor, dass Medikamente wie Methotrexat nicht richtig wirken. Dann kann der Arzt Ihnen andere Medikamente verschreiben, die die Zerstörung der Gelenke aufhalten.

Gleichzeitig ist es ganz wichtig, die Gelenke trotz Schmerzen so beweglich wie möglich zu halten. Dabei helfen zum Beispiel spezielle Gymnastik-Übungen.

Um die Gelenke zu schonen, gibt es spezielle Hilfsmittel. Zum Beispiel lassen sich Gabeln oder Löffel mit dickem Griff besser benutzen als solche mit dünnem Griff. Deshalb gibt es Griff-Verstärker, die über dünne Griffe gezogen werden.

## KURZ & KNAPP

## Rheumatoide Arthritis/ chronische Polyarthrit



Die wichtigsten Informationen über Ihre Erkrankung leicht verständlich zusammengefasst.



**Sie haben von Ihrem Arzt erfahren, dass Sie rheumatoide Arthritis haben. Manche Ärzte nennen sie auch chronische Polyarthrit. Hier erhalten Sie einige Informationen, um diese Erkrankung besser zu verstehen.**

## **Rheumatoide Arthritis – was ist das?**

Bei der rheumatoiden Arthritis sind meist mehrere Gelenke gleichzeitig entzündet. Sie tun weh und sind geschwollen. Manchmal sind zusätzlich auch innere Organe entzündet, zum Beispiel die Lunge oder das Herz.

## **Woher kommen die Schmerzen?**

Das Innere der Gelenke ist mit der Gelenk-Innenhaut überzogen. Und die ist bei rheumatoider Arthritis entzündet. Wie diese Entzündung entsteht, weiß man bisher nicht. Die entzündete Gelenk-Innenhaut fängt an zu wuchern und wird immer dicker. Sie frisst kleine Löcher in den Knorpel und in den Knochen. Der Knorpel ist eine Schicht, die jedes Gelenk überzieht, um es zu schützen.

Zusätzlich wird im Gelenk zu viel Gelenk-Flüssigkeit gebildet. Dadurch schwellen die Gelenke an. Sie tun weh, fühlen sich warm an und funktionieren nicht mehr richtig.

Raucher erkranken schwerer als Nicht-Raucher. Deshalb ist es für Menschen mit rheumatoider Arthritis wichtig, mit dem Rauchen aufzuhören.

Die rheumatoide Arthritis beginnt meist damit, dass die Finger-Gelenke oder die Zehen-Gelenke wehtun und anschwellen.

Typisch ist, dass sich die Gelenke morgens nach dem Aufwachen steif anfühlen.

Sie tun dann besonders weh und lassen sich nur schlecht bewegen. Das kann mehrere Stunden so bleiben.

Müdigkeit, Leistungsschwäche, Fieber oder starkes Schwitzen in der Nacht können hinzukommen. Denn der ganze Körper strengt sich an, um die Entzündung zu bekämpfen.

Im Laufe von Wochen oder Monaten können immer mehr Gelenke erkranken. Die Erkrankung verläuft oft schubweise. Das heißt, dass die Gelenke von Zeit zu Zeit besonders wehtun und man sich sehr krank fühlt. Dann geht es wieder einige Zeit besser.

Wichtig: Durch die Entzündung können die Gelenke geschädigt werden. Und zwar so stark, dass sie komplett zerstört werden. Deshalb muss die Behandlung so schnell wie möglich beginnen.