Deutsche Rheuma-Liga: So helfen wir Ihnen

Verband

Die Deutsche Rheuma-Liga tritt für die Interessen rheumakranker Menschen ein. Die Selbsthilfeorganisation hat über 300.000 Mitglieder. Die Landes- und Mitgliedsverbände der Rheuma-Liga helfen direkt vor Ort.

Beratung

Die Rheuma-Liga informiert und berät rheumakranke Menschen unabhängig und frei von kommerziellen Interessen. Der Verband setzt sich in Politik, Gesellschaft und Forschung für die Interessen von rheumakranken Menschen ein.

Telefon

Sie haben eine Frage? Sie suchen nach Unterstützung? Nutzen Sie unsere Telefon-Hotline: 018 04-60 00 00. Ein Gespräch kostet 20 Cent, egal wie lange es dauert. Von Mobil-Telefonen kostet der Anruf maximal 42 Cent. Die Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew e. V. erreichen Sie unter der Telefonnummer: 097 21-220 33.

Internet

Im Netz finden Sie unter www.rheuma-liga.de und www.bechterew.de viele wichtige Informationen für erkrankte Menschen, unter anderem die Versorgungslandkarte mit Fachärzten und Therapeuten und Tipps für Bewegungsübungen.

Auch das kann zur Krankheit gehören

Gelenke und Sehnenansätze

Neben der Wirbelsäule können unter anderem Knie, Sprunggelenke, Finger- oder Zehgelenke anschwellen und dauerhaft wehtun. Des Weiteren können unterschiedliche Sehnenansätze (z. B. Fersen) betroffen sein. Auch hier sollte möglichst schnell ein Arzt aufgesucht werden.

Darm

Manche Menschen haben gleichzeitig oder später weitere Erkrankungen, etwa eine chronisch-entzündliche Darmerkrankung (u. a. Morbus Crohn bzw. Colitis ulcerosa). Hierbei bekommt man Durchfälle und manchmal schmerzhafte Darmkrämpfe.

Haut

Manche Menschen bekommen außerdem schuppende Hautstellen, die jucken (Schuppenflechte).

Auge

Bei manchen entzündet sich die Regenbogenhaut am Auge (Regenbogenhautentzündung auch Iritis oder Uveitis genannt). Es kommt zu einseitigen Augenschmerzen, Augenrötung sowie zu einer erhöhten Lichtempfindlichkeit. Bei solchen Symptomen muss sofort ein Augenarzt aufgesucht werden, sonst können die Augen für immer geschädigt werden.

Checkliste

- ☐ Sie haben seit einiger Zeit Rückenschmerzen, die vor dem 45. Lebensjahr angefangen haben?
- ☐ Die Rückenschmerzen treten oft in der Nacht oder frühmorgens sowie in Ruhe auf?
- ☐ Sie haben weniger Schmerzen, wenn Sie sich bewegen?
- ☐ Fühlen Sie sich morgens nach dem Aufstehen steif im Rücken?
- ☐ Bei Ruhe wird der Schmerz nicht besser?

Wenn Sie, Freunde oder Bekannte vier von diesen fünf Fragen mit „ja“ beantworten, macht es Sinn, zu einem Rheumatologen zu gehen.

Besuchen Sie uns auch auf Facebook, YouTube und Twitter:
www.facebook.com/DeutscheRheumaLiga
www.youtube.com/RheumaLiga
www.twitter.com/DtRheumaLiga

Morbus Bechterew

Mehr als „nur“ Rückenschmerzen

Die wichtigsten Informationen
leicht und verständlich zusammengefasst

Kurz & Knapp

Deutsche | RHEUMA-LIGA

Morbus Bechterew – Zahlen & Fakten

Griechischer Name: Spondyl - arthr - itis

- Spondylos = Wirbelsäule
- Arthr = Gelenk
- Itis = Entzündung

Viele Menschen betroffen

- Etwa 400.000 Menschen in Deutschland
- Häufig zwischen 20 und 40 Jahre alt
- Dauerhafte Rücken- und Gelenkschmerzen

Frühe Behandlung hilft

- Medikamente halten Entzündung unter Kontrolle
- Kranken-Gymnastik hält den Körper beweglich
- Versteifung kann verhindert werden

© Deutsche Rheuma-Liga Bundesverband e. V.,
Maximilianstraße 14, 53111 Bonn

Die medizinischen Zusammenhänge wurden einfach und verständlich zusammengefasst. Es besteht kein Anspruch auf Vollständigkeit.

Ärztliche Beratung
Prof. Dr. Denis Poddubnyy

Text/Konzeption
Benjamin O'Daniel

Gestaltung
KonzeptQuartier® GmbH, Fürth

Bilder
Fotolia, Charité

Kurz u. Knapp Morbus Bechterew Deutsch: 1. Auflage, 30.000 Exemplare, 2016; Drucknummer C 168/BV/11/16

Morbus Bechterew – ein Beispiel

Simon hat seit Monaten Rückenschmerzen

Simon, 30 Jahre alt, hat morgens nach dem Aufstehen seit längerer Zeit Rückenschmerzen und Steifigkeit. Er ärgert sich über die Schmerzen. Schließlich ist er jung und fit. Wenn er sich morgens bewegt, werden die Schmerzen und Steifigkeit weniger.

Auf der Arbeit sind die Schmerzen meistens ganz weg. Wenn er im Bett liegen bleibt, werden die Schmerzen schlimmer. Simon ist sich nicht sicher. Soll er zum Arzt gehen? Und wenn ja, zu welchem Arzt?

Das rät Prof. Dr. Denis Poddubnyy

„Die Symptome (Beginn im Alter zwischen 20 und 45, Besserung bei Bewegung, keine Besserung in Ruhe, Morgensteifigkeit) deuten darauf hin, dass hinter seinen Rückenschmerzen auch eine Entzündung stecken kann.

Er sollte zu einem Facharzt für Rheumatologie gehen und sich untersuchen lassen. Falls er Spondylarthritis bzw. Morbus Bechterew hat, ist es wichtig, dass die Krankheit frühzeitig erkannt und behandelt wird. Dann kann man die Krankheit besser in den Griff bekommen, weil die Wirbelsäule noch nicht so stark angegriffen ist.

Morbus Bechterew ist eine der häufigsten Formen von Rheuma, die auch junge Menschen treffen kann.“

Prof. Dr. Denis Poddubnyy ist Leiter der Rheumatologie am Campus Benjamin Franklin in der Charité in Berlin.

So laufen Diagnose und Behandlung ab

Blut

90 Prozent aller Menschen mit Spondylarthritis haben ein bestimmtes Gen, das sogenannte HLA-B27-Merkmal. Es deutet stark auf eine Erkrankung hin. Durch eine Blutuntersuchung kann man dies feststellen.

Bilder

Durch eine Röntgen-Untersuchung werden die Folgen der Entzündungen in den Gelenken und der Wirbelsäule erkannt. Für eine frühe Diagnose wird häufig eine Magnetresonanz-Tomografie genutzt, da dadurch eine aktive Entzündung bereits in den ersten Wochen und Monaten der Erkrankung erkannt werden kann.

Medikamente

Häufig müssen erkrankte Menschen dauerhaft und regelmäßig Medikamente nehmen, die Entzündungen und dadurch verursachte Schmerzen lindern. Es gibt verschiedene Medikamente. Der Arzt überprüft zusammen mit dem Patienten, welches Medikament dauerhaft gut wirkt.

Krankengymnastik

Erkrankte Menschen müssen dauerhaft und regelmäßig Krankengymnastik durchführen. Sport ist besonders wichtig, dadurch bleibt der Körper beweglich und die Schmerzen werden weniger.

Mit freundlicher Unterstützung BKK Dachverband