

Die Behandlung von rheumatischen Erkrankungen

Die Grundlage jeder Behandlung ist eine möglichst genaue Diagnose. In der Regel ist der Hausarzt erster Ansprechpartner. Der Arzt klärt im Gespräch und in den Untersuchungen ab, welche Symptome und Beschwerden Sie im Alltag, Beruf und Freizeit am meisten einschränken. Zu weiterführenden Abklärungen oder für spezifische Behandlungen kann ein Spezialist für Rheumatologie zugezogen werden.

Wichtig: Für eine erfolgreiche Therapie ist die Zusammenarbeit zwischen Ärzten, Psychologen, Krankengymnasten und Selbsthilfegruppen unerlässlich. Weiterhin ist eine frühe Diagnosestellung und Therapieeinleitung für den Fortgang der Erkrankung entscheidend.

Insbesondere in den vergangenen 10 Jahren haben sich durch Neuerungen in der medikamentösen Therapie die Möglichkeiten der Behandlung und die Langzeitprognose deutlich verbessert. Heute ist bei der Rheumatoiden Arthritis das Behandlungsziel die Remission, dies bedeutet die nahezu vollständige Unterdrückung der Krankheitssymptome, die Erhaltung der Gelenkfunktion mit dem Ziel, ohne Einschränkung am Leben teilzuhaben.

Da die Erscheinungsbilder des Rheumas vielfältig sind, stehen auch zahlreiche Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung, die sinnvoll miteinander kombiniert werden können. Ziel dabei ist es, Schmerzen zu lindern, Entzündungen zu hemmen und die Beweglichkeit zu erhalten.

Neben der Behandlung mit Arzneimitteln bilden Krankengymnastik und physikalische Therapie (Wärme; Kälte; Reizstrom; Massage) die Eckpfeiler der Therapie.

Fortsetzung Seite 2

Gesundheitsratgeber für Patienten zu den Themen der KV-Sprechstunde. Weitere Informationen bekommen Sie unter www.kvberlin.de/patienten/gesundheitsratgeber.

- **Physikalische Therapie:** Die physikalische Therapie dient der Muskelentspannung und Schmerzlinderung. Den Physiotherapeuten stehen diverse Behandlungsmethoden und Konzepte zur Verfügung. Beispielsweise:
 - **Kältetherapie** (entzündungshemmende Wirkung)
 - **Wärmetherapie** (muskelentspannende und durchblutungsfördernde Wirkung)
 - **Elektrotherapie** (schmerzlindernde und durchblutungsfördernde Wirkung)
- **Ergotherapie:** In der Ergotherapie werden Körperfunktionen, die durch rheumatische Beschwerden verlorengegangen sind, wieder eingeübt, so beispielsweise die Fingerbeweglichkeit. Es werden Aktivitäten des täglichen Lebens trainiert, um die Selbstständigkeit zu erhalten.
- **Krankengymnastik:** Krankengymnastik hilft, die Beweglichkeit der Gelenke wiederherzustellen. Gezielte Bewegungsabläufe wirken schmerzlindernd, kräftigen und entspannen die Muskulatur und verbessern die Funktion der Bewegungsorgane. Wichtig: Neben den Terminen bei der Krankengymnastik sollten Rheuma-Patienten auch zu Hause trainieren.
- **Medikamente:** Zur Behandlung der verschiedenen rheumatischen Erkrankungen stehen zahlreiche Medikamente mit den unterschiedlichsten Wirkungsmechanismen zur Verfügung. Dabei wird zwischen der sogenannten Basis-Therapie (Basismedikamente, die über längere Zeit eingenommen die Krankheitsaktivität hemmen sollen) und der symptomatischen Therapie (entzündungs- und schmerzhemmende Antirheumatika) unterschieden.
- **Rheumachirurgie:** Wenn alle Behandlungen keine Wirkung zeigen, sich Gelenke verformen und nicht mehr funktionieren, kann eine Operation helfen. Dabei wird die kranke Gelenkinnenhaut bzw. geschwollene Sehnenscheiden entfernt, beschädigte Sehnen wiederhergestellt, Fehlstellungen beseitigt und unter Umständen künstliche Gelenke eingesetzt. Ob eine Operation für den Einzelnen notwendig und sinnvoll und welcher der richtige Zeitpunkt ist, muss im Gespräch zwischen behandelndem Arzt, orthopädischem Chirurgen und Patient sorgfältig abgewogen werden.

Fortsetzung Seite 3

Gesundheitsratgeber für Patienten zu den Themen der KV-Sprechstunde. Weitere Informationen bekommen Sie unter www.kvberlin.de/patienten/gesundheitsratgeber.

- **Radiosynoviorthese (RSO):** Die RSO ist eine seit vielen Jahren bewährte Therapie zur Behandlung von chronisch entzündlichen Gelenken, wie sie u.a. auch bei den rheumatischen Erkrankungen häufig auftreten.

Nach einer eingehenden Voruntersuchung, die neben der Sichtung der Röntgenbilder und der gezielten klinischen Untersuchung meist auch eine Ultraschalluntersuchung der betroffenen Gelenke und häufig eine sog. Skelettszintigraphie beinhaltet, um die für die Therapie in Frage kommenden Gelenke zu erfassen, wird die Entscheidung über die Therapie gefällt.

Bei der RSO wird eine radioaktive Substanz, sogenannte β -Strahler, direkt in das betroffene Gelenk gespritzt. Die für die Therapie entscheidenden β -Strahler haben eine nur sehr kurze Reichweite von wenigen Millimetern und sind an Trägerpartikel gebunden, die von den Entzündungszellen der entzündlich veränderten Gelenkschleimhaut aufgenommen werden und so zu einer Reduktion der Entzündung führen. Dadurch kommt es zu einer deutlichen Schmerzreduktion sowie meist auch zu einer verbesserten Beweglichkeit und Belastbarkeit.

Die RSO gleicht einer Gelenkpunktion. Sie ist in der Regel schmerzarm, kann an mehreren Gelenken gleichzeitig und meist ambulant durchgeführt werden. Häufig reicht eine einmalige Therapie, bei ungenügendem Therapieerfolg ist eine Wiederholung jedoch möglich.

- **Psychotherapie:** Die Psyche eines Menschen mit rheumatischen Schmerzen und Bewegungseinschränkungen wird in besonderem Maße gefordert. Durch immer wiederkehrende Schmerzschübe kann zum Beispiel die seelische Grundstimmung der Betroffenen beeinflusst werden. Auswirkungen auf Alltag, Partnerschaft und Beruf müssen bewältigt, Leistungsgrenzen akzeptiert werden. Das Gespräch mit einem psychotherapeutisch geschulten Arzt und/oder eine zeitweilige Begleitung durch einen Psychotherapeuten können in dieser Situation hilfreich sein. Selbsthilfegruppen bieten Betroffenen Gelegenheit zum Austausch über Probleme und Umgangsmöglichkeiten mit der Krankheit.

Fortsetzung Seite 4

Gesundheitsratgeber für Patienten zu den Themen der KV-Sprechstunde. Weitere Informationen bekommen Sie unter www.kvberlin.de/patienten/gesundheitsratgeber.

Das Leben mit dem Schmerz

Rheumatische Erkrankungen sind meist lang andauernd (chronisch) und können mit Schmerzen verbunden sein. Die Lebensqualität wird dadurch beeinträchtigt. Schmerzen sind nicht sichtbar, sie werden individuell verschieden erfahren und sind nur schwer nachzufühlen und zu verstehen. Mit Medikamenten können Schmerzen ausgeschaltet oder zumindest gelindert werden; die Krankheitsursache selbst wird mit Schmerzmitteln jedoch nicht behoben. Alternativ oder in Ergänzung zu Medikamenten haben Betroffene weitere Möglichkeiten, mit Schmerzen umzugehen:

- Alle Formen von Entspannung können sich schmerzlindernd auswirken.
- Mit anderen Betroffenen über Schmerzen sprechen kann entlasten und neue Möglichkeiten aufzeigen (Selbsthilfe, Patientenschulung).
- Schmerzlindernde Behandlungen mit Wärme oder Kälte, leichten Massagen etc. können mit dem betreuenden Arzt oder mit dem Physiotherapeuten besprochen werden.

Kassenärztliche Vereinigung –
die Dachorganisation der
niedergelassenen Ärzte und
Psychotherapeuten in Berlin

Gesundheitsratgeber für Patienten zu den Themen der KV-Sprechstunde. Weitere Informationen bekommen Sie unter www.kvberlin.de/patienten/gesundheitsratgeber.

Kassenärztliche Vereinigung Berlin, Masurenallee 6A, 14057 Berlin