

## Rheuma – Das sollten Sie wissen

### Was ist Rheuma?

In der Umgangssprache werden alle unerklärlichen Schmerzen im Bereich des Bewegungssystems mit dem Begriff „Rheuma“ bezeichnet.

### Das Wort Rheuma wird seit 2000 Jahren verwendet.

Es ist ein Sammelname für sehr viele und verschiedene Krankheitsbilder (über 400!), deren einziges gemeinsames Merkmal der fließende, ziehende Schmerz am Bewegungs- und Bindegewebsystem (Sehnen, Muskeln, Muskelhüllen, Bänder, Knochen, Gelenke, Blutgefäße, Haut, etc.) ist.

Bei den meisten Patienten ist dieser Schmerz begleitet von einer Bewegungseinschränkung, einer allgemeinen Leistungsminderung und gelegentlich auch einem Mitbefall innerer Organe (z.B. Herz, Lunge, Leber, Niere).

Der rheumatische Schmerz und die körperlichen Begleitsymptome können durch sehr unterschiedliche Krankheiten verursacht werden und manchmal schleichend beginnen, sodass zu einer (Früh-)erkennung einer rheumatologischen oder immunologischen Erkrankung oft fachärztliche „Detektivarbeit“ geleistet werden muss.

### Die Unterteilung der rheumatischen Erkrankungen in die nachfolgenden Gruppen hat sich bewährt:

1. **Erkrankungen durch Entzündungen an Gelenken und der Wirbelsäule**, der entzündliche Rheumatismus (z. B. rheumatoide Arthritis, Morbus Bechterew = ankylosierende Spondylitis, Schuppenflechtenarthritis, reaktive Arthritiden)
2. **Gelenkerkrankungen durch Verschleiß**, der degenerative Rheumatismus (z.B. Arthrosen/Osteoarthritis wie Kniegelenkverschleiß, Schultergelenksverschleiß = Periarthropathia humeroscapularis)
3. **Entzündliche und immunologische Erkrankungen** des Bindegewebsystems (z.B. Kollagenosen wie Lupus erythematodes, Sklerodermie, Sjögren-Syndrom, Poly- und Dermatomyositis, Antiphospholipidsyndrom, Sarkoidose)
4. **Entzündliche Erkrankungen der Blutgefäße** (Vaskulitiden) (z.B. Morbus Wegener, Polymyalgia rheumatica/Arteritis temporalis, Churg-Strauss Syndrom, Pannarteritis nodosa, Mikroskopische Polyangiitis, Takayasu Arteriitis, M. Behçet)
5. **rheumatische Beschwerden** als Begleiterscheinung anderer Erkrankungen des Körpers, z.B. Stoffwechselerkrankungen, chronisch-entzündliche und infektiöse Erkrankungen (z.B. Gicht, Kristallarthropathien, Hämochromatose, Diabetes, chronisch-entzündliche Darmerkrankungen, bakterielle und virale Infektionserkrankungen, Fibromyalgie)

### Wie häufig sind rheumatische Krankheiten?

Am häufigsten sind Gelenkerkrankungen durch Verschleiß (Arthrosen). Fast jeder Mensch hat irgendwann im Leben vorübergehend rheumatische Beschwerden und bekommt im Alter mehr oder weniger ausgeprägte Arthrosen.

Seltener sind chronische entzündliche Krankheiten, deren typischer Vertreter die sogenannte rheumatoide Arthritis (lang anhaltende Entzündung vieler Gelenke) ist, welche aber immerhin ca. 1 % der Bevölkerung betrifft. Ähnlich häufig ist die Schuppenflechtenarthritis (0,2% der Bevölkerung) oder die Gefäßentzündung Polymyalgia rheumatica mit ca. 20.000 Neuerkrankten, v.a. Menschen über 60 Jahre, pro Jahr in Deutschland.



Diese und alle anderen rheumatologischen Krankheiten müssen schon bei geringstem Verdacht (Gelenkschmerzen, Leistungsverlust etc.) gesucht, nachgewiesen und dann besonders sorgfältig und langfristig behandelt werden.

### **Kann jeder Mensch Rheuma bekommen?**

Im Prinzip ja. Rheuma ist nämlich keineswegs eine Alterskrankheit, wie fälschlicherweise oft angenommen wird. Insbesondere viele früh beginnende rheumatische Erkrankungen beweisen dies!

**Zwei Paradebeispiele für den entzündlichen Rheumatismus, die rheumatoide Arthritis und die ankylosierende Spondylitis (der sog. Morbus Bechterew) können schon im Kindes- und Jugendalter beginnen, ähnliches gilt auch für Kollagenosen wie dem Lupus erythematodes und der Sklerodermie.**

### **Können rheumatische Erkrankungen vererbt werden?**

Eine direkte „Vererbung“ ist bisher nicht bekannt. Man kann aber eine erhöhte „Bereitschaft“ („Disposition“) vererbt bekommen, wobei dann noch zusätzliche Faktoren hinzukommen müssen, um eine rheumatische Erkrankung auszulösen.

### **Wie entstehen rheumatische Erkrankungen?**

Ursachen und Entstehung sind je nach Art der rheumatischen Krankheit, d.h. von „Rheuma“ zu „Rheuma“ sehr unterschiedlich. Zwei Beispiele:

Der Verschleiß im Kniegelenk ist zunächst eine natürliche Folge eines längeren Lebens. Bei zusätzlicher Schädigung können dann Schmerzen entstehen und Entzündungen ausgelöst werden. Dadurch wird aus der normalen Alterserscheinung eine Krankheit (Arthrose).

### **Wie erkennt man rheumatische Erkrankungen?**

Die Diagnose einer Arthritis kann für den Arzt sehr schwierig sein. Es ist durchaus möglich, dass erst im Verlauf von Monaten, manchmal sogar Jahren, eine sichere Diagnose gestellt werden kann.

Auf jeden Fall sollte man bei Schmerzen und Schwellungen eines oder mehrerer Gelenke einen Arzt befragen, vor allem dann, wenn die Beschwerden keinen erkennbaren Grund haben. Häufig kann der Arzt die Diagnose bei der ersten Untersuchung noch nicht sichern. Er wird jedoch bemüht sein, mit Hilfe spezieller Labor- und Röntgenuntersuchungen zu einer Entscheidung zu kommen (siehe auch Diagnostik).

Auf jeden Fall sollte man bei Schmerzen und Schwellungen eines oder mehrerer Gelenke einen Arzt befragen, vor allem dann, wenn die Beschwerden keinen erkennbaren Grund haben. Häufig kann der Arzt die Diagnose bei der ersten Untersuchung noch nicht sichern. Er wird jedoch bemüht sein, mit Hilfe spezieller Labor- und Röntgenuntersuchungen zu einer Entscheidung zu kommen (siehe auch Diagnostik).

### **Beeinträchtigt Rheuma die Lebenserwartung?**

Unbehandelt häufig leider ja. Bei rascher Behandlung und guter Nachkontrolle kann aber in den meisten Fällen eine normale Lebenserwartung erzielt werden. Wichtig ist vor allem, dass rheumatische Erkrankungen nicht zur vorzeitigen Invalidisierung und Arbeitsunfähigkeit führen.

### **Droht jedem Rheumapatienten eine Behinderung?**

Nicht selten fürchten von Rheumaerkrankungen betroffene Menschen schwere körperliche Einschränkungen. Zum Glück können die meisten Patientinnen und Patienten ihre gewohnte Lebensweise beibehalten. In jedem Fall lässt sich auch eine ungünstig verlaufende Rheumaerkrankung zurückdrängen und die gefürchtete Behinderung durch vielfältige Maßnahmen einschränken.

### **Kann man rheumatischen Erkrankungen vorbeugen?**

Bisher existieren keine erwiesenen Vorbeugungsmaßnahmen. Man weiß aber aus großen Studien, dass die allgemein schädlichen Faktoren wie Rauchen und starkes Übergewicht die meisten rheumatologischen Erkrankungen deutlich verschlechtern oder die Behandlung erschweren.