

# RHEUMA

## WENN SCHMERZEN FLIESSEN

RHEUMA LEITET SICH VOM GRIECHISCHEN AB UND BEDEUTET SOVIEL WIE „FLIEßEN“. SEIT JAHRHUNDERTEN WIRD DIESER BEGRIFF FÜR DEN IM KÖRPER HERUMFLIEßENDEN SCHMERZ GEBRAUCHT UND IST ALS SOLCHER EIN SAMMELTOPF FÜR SCHMERZEN DES BEWEGUNGSAPPARATES.

## GESCHICHTE

Schon in der Schriftensammlung des in seinen wichtigsten Teilen Hippokrates von Kos (460-377 v. Chr.) zugeschriebenen und deshalb nach ihm benannten „Corpus hippocraticum“ ist der Begriff Rheuma zu finden.

## EPIDEMIOLOGIE

Häufigkeit und Krankheitsausmaß rheumatischer Erkrankungen werden durch rassische und geographische Einflüsse, durch Umweltbedingungen und Lebensstil sowie durch medizinische Betreuung beeinflusst. Ungefähr zwei Millionen Österreicher, also jeder Vierte, leiden daran, darunter auch gar nicht so wenige Kinder.

## EINTEILUNG

Wir unterscheiden zwischen Weichteil- und Gelenkrheumatismus. Die zweite Gruppe teilen wir in einen entzündlichen und einen abnutzungsbedingten (degenerativen) Rheumatismus ein. In der Literatur sind über 400 Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates erwähnt. Zu den degenerativen Gelenk- und Wirbelsäulenerkrankungen zählen wir sämtliche Verschleißerscheinungen an Gelenken und Wirbelsäule (inklusive Bandscheiben), aber auch sekundäre Arthrosen als Spätfolge früherer entzündlicher Veränderungen. Als Weichteilrheumatismus (entzündlich oder nichtentzündlich) bezeichnen wir Erkrankungen des subkutanen Binde- und Fettgewebes, der Muskulatur, der Sehnen, Sehnenscheiden und Sehnenansätze sowie der Faszien, Bursen und Nerven, ...

## CHRONISCHE POLYARTHRITIS

Bei der chronischen Polyarthrit (cP), auch rheumatoide Arthritis (rA) genannt, handelt es sich um eine entzündliche Systemerkrankung mit vorwiegend polyartikulärer (vielgelenkiger), symmetrischer Synovitis (entzündeter Gelenkhaut), die in weiterer Folge die betreffenden Gelenke zerstört. Das klinische Bild bezüglich Gelenksmanifestation, Anzahl der betroffenen Gelenke und Krankheitsverlauf ist sehr variabel. Die klassischen Symptome wie Morgensteifigkeit, Schmerz, Auftreten symmetrischer Gelenkschwellungen, ... entwickeln sich oft erst im Verlauf der Erkrankung. Die Ursache ist nach wie vor ungeklärt. Es handelt sich um eine Autoimmunerkrankung, bei der das körpereigene Immunsystem seine eigenen Gelenke zerstört. Genetik (bestimmte genetische Merkmale sind gehäuft nachweisbar) und Risikofaktoren (Infektionen, langjähriges Rauchen, ... - Östrogene jedoch haben schützenden Charakter) scheinen für Auftreten und Verlauf der Krankheit eine Rolle zu spielen.

Die klinische Symptomatik hängt einerseits von der Aggressivität und dem damit verbundenen Ausmaß der Gelenkszerstörung ab, andererseits von der Lokalisation der betroffenen Gelenke. Zeichen der akuten Gelenkentzündung sind Überwärmung, Rötung, Schwellung und schmerzhafte Bewegungseinschränkung. Bei lang andauernder Erkrankung und unzureichender Behandlung treten zusätzlich Beschwerden im Rahmen der Gelenkszerstörungen wie Subluxationen, funktionelle Störungen oder Muskelatrophien (Muskelschwund) auf. Häufig wird übersehen, dass es sich bei der cP um eine Systemerkrankung handelt, die neben Allgemeinsymptomen wie Müdigkeit und Abgeschlagenheit mit teilweise lebensbedrohlichen Organmanifestationen (Auge, Lunge, Niere, Haut, ...) einhergehen kann.

## **ARTHROSE**

Eine der häufigsten rheumatischen Erkrankungen, vor allem im fortgeschrittenen Alter, ist die Arthrose. Darunter versteht man eine Abnutzungserscheinung eines Gelenkknorpels, vorwiegend durch Fehlbelastungen oder Überbelastungen (z.B. bei der Arbeit, durch Übergewicht, Verletzungen der Gelenke, Extremsport, schwere körperliche Arbeit, X- oder O-Beinstellung). Der gesunde Knorpel überzieht die Knochenenden und sorgt für ein „reibungslloses“ Funktionieren des Gelenks. Wird der Knorpel über einen längeren Zeitraum zu stark belastet, so führt dies zu einem Knorpelabrieb (Verschmälderung des Gelenkspaltes). Bleibt die Überbelastung weiter bestehen, so kann sich schleichend eine Arthrose entwickeln. Der Knorpel wird immer dünner, er kann seine Aufgaben nicht mehr erfüllen. Durch Reizung der Gelenkhaut kann es zu einer Entzündung kommen - „aktivierte Arthrose“. Kennzeichen sind Rötung, Erwärmung, Schwellung und Schmerzen. Schließlich kann eine Arthrose zur Gelenksdeformierung mit Bewegungseinschränkung oder Versteifung des jeweiligen Gelenkes führen.

## **FIBROMYALGIE**

Das Leitsymptom der Fibromyalgie ist der großflächige chronische Muskel- und Weichteilschmerz mit besonders druckschmerzhaften Sehnenansatzpunkten im Nacken-, Schulter-, Ellbogen-, Kreuz-, Oberschenkel- und Kniebereich. Diese Schmerzen verstärken sich meist bei Wetterwechsel, feuchtem Wetter, Stress und körperlicher Überlastung. Zu diesen Weichteilbeschwerden können noch andere unangenehme Begleitsymptome kommen wie Schlafstörungen, Müdigkeit, Abgeschlagenheit, vermehrte Infektanfälligkeit, Schleimhautbeschwerden (Darm, Blase, Luftwege), Spannungskopfschmerz, Konzentrationsstörungen und relativ häufig Angstzustände, verbunden mit Schwindel, Herzklopfen, Schwitzen, Kältegefühl und Missempfindungen der Hände und Füße.

## **THERAPIE**

Ein modernes Behandlungskonzept muss individuell auf den Patienten abgestimmt sein. Die wichtigsten Elemente sind Medikamente, operative Therapien, psychologische Maßnahmen sowie das gesamte Spektrum der Physikalischen Medizin und Rehabilitation.

Wir im Institut Zeileis verfügen über eine 70-jährige Erfahrung vor allem in der nichtmedikamentösen Rheumabehandlung. Unser Ziel ist es, durch ein auf den Patienten zugeschnittenes Therapiekonzept (entzündungshemmend, abschwellend, schmerzlindernd, bewegungsfördernd), psychologische Führung sowie Lifestyle-Korrektur (Bewegung, Ernährung, Stressmanagement, ...), die Dosierung der Medikamente (Nebenwirkungen!) zu vermindern bzw. chirurgische Maßnahmen zu verhindern. Unverzichtbar ist die Heilgymnastik zu Lande und zu Wasser mit all ihren Facetten. Verschiedenste, teilweise weltweit einzigartige Therapieformen kommen zur Anwendung, wobei die Kombination von Hochfrequenzströmen (d´Arsonvalisation), Solenoid (hochfrequentes Magnetfeld) und Eigenblutinjektionen sehr gute Erfolge bringt. Zur Verfügung stehen weiters entspannende Massagen, Flächenlaser, Resonanz-Magnetfeld-Therapie, Akupunktur, Magnetfeldmatte (niederfrequentes Magnetfeld) sowie ausgesuchte Anwendungen aus dem Bereich der Elektro-, Hydro(=Wasser)- und Balneotherapie (hauseigenes Thermalwasser!). Neuerdings stehen nach einer längeren Pause auch wieder Bluteigel (*hirudo medicinalis*) im Institut zur Verfügung!

Wegen der vielfältigen rheumatischen Krankheitsbilder sowie der individuellen Therapiemaßnahmen bitten wir bei Interesse um Anruf, Brief, Fax, E-Mail bzw. Terminvereinbarung zum persönlichen Arztgespräch.

*Dr. Martin Zeileis*

*Facharzt für Physikalische Medizin und Rehabilitation*