

INITIATIVE

Arznei & Vernunft

Vernünftiger Umgang mit Medikamenten

**RHEUMATOIDE
ARTHRITIS**
(CHRONISCHE
POLYARTHRITIS)
inkl. juvenile
idiopathische Arthritis

Was ist rheumatoide Arthritis?

Die rheumatoide Arthritis (RA), früher auch chronische Polyarthritits genannt, ist eine entzündliche, chronische, meist schubweise verlaufende Erkrankung, die vor allem die Gelenke betrifft.

In Österreich leiden rund 80.000 Menschen an RA, wobei Frauen etwa dreimal häufiger betroffen sind als Männer. Die Krankheit kann in jedem Alter beginnen, meistens tritt sie jedoch ab dem 40. Lebensjahr auf.

Die Ursache für die Erkrankung ist nicht eindeutig bekannt, jedoch scheinen sowohl genetische Faktoren als auch Umwelteinflüsse und Lebensgewohnheiten wie zB Rauchen Risikofaktoren zu sein. Weitere Ursachen können eine Störung des Immunsystems sowie Bakterien und Viren sein.

Unbehandelt führt die RA zur Zerstörung von Gelenken und Sehnen, so dass deren Funktion dauerhaft gestört sein kann.

Eine engmaschige ärztliche Überwachung und frühzeitige Therapie sind unbedingt erforderlich – auch wegen des erhöhten Risikos von RA-Patienten und -Patientinnen, an Infektionen oder bestimmten Krebsformen zu erkranken oder einen Herzinfarkt zu erleiden.

Wie erkennt man rheumatoide Arthritis?

Am häufigsten zeigt sich folgende Verlaufsform:

- Schmerzhaftes Schwellen in mehreren Gelenken über einige Wochen, ohne besondere vorangegangene Ereignisse.
- Insbesondere davon betroffen sind kleine Gelenke wie Fingergrund-, Fingermittel- und Handgelenke sowie Zehengrund- und Mittelgelenke.
- Schmerzhaftes Bewegungseinschränken.
- Gesteigerte Müdigkeit, Abgeschlagenheit, starkes Schwitzen.
- Nach längerer Inaktivität und vor allem morgens Steifigkeit der Gelenke.

Diagnose

Da die Charakteristik der RA insbesondere im Anfangsstadium vielseitig ist, sind für die Diagnosestellung mehrere Komponenten erforderlich:

- Klinischer Befund
- Laborbefund
- Röntgenbefund

Nur eine frühe Diagnose und ein frühzeitiger Therapiebeginn können den Fortschritt der Krankheit stoppen und Dauerschäden verhindern!

Bei **Kindern** wird die Diagnose anhand von Familienanamnese (Schuppenflechte, Morbus Bechterew, Rheuma), Klinik und Blutbild gestellt.

Bei Kindern kann trotz Normalwerten der Blutsenkungsgeschwindigkeit (BSG) und des C-reaktiven Proteins (CRP) eine juvenile idiopathische Arthritis (JIA) nicht ausgeschlossen werden. Auch der Rheumafaktor ist bei 95% der erkrankten Kinder negativ.

Weitere Laborwerte geben Aufschluss über das Risiko einer entzündlichen Augenerkrankung sowie einer besonderen Art der JIA, die vor allem die Wirbelkörper betrifft.

Rheumatoide Arthritis bei Kindern

Die juvenile idiopathische Arthritis (JIA) kommt in Österreich bei einem von 1.000 Kindern und Jugendlichen unter 16 Jahren vor.

Erste Anzeichen der JIA können sich wie folgt äußern:

- Morgensteifigkeit
- Wenn sich Ihr Kind anders bewegt als sonst
- Bevorzugtes Spielen im Sitzen
- Schonhaltung
- Kinder, die schon gelaufen sind, wollen wieder getragen werden; sie laufen staksig
- Entwicklungsrückschritte
- Geschwollene und überwärmte Gelenke länger als sechs Wochen
- Wenn Ihr Kind unruhig schläft oder beim Umdrehen oder Bewegen weint
- Wesensveränderungen wie zB Rückzug aus der Gruppe, aggressiver oder weinerlicher als sonst
- Wenn Ihr Kind über Fersen- oder Rückenschmerzen klagt
- Müdigkeit und Abgeschlagenheit

Die **Therapie** muss von einem auf Kinder spezialisierten Team getragen werden und hat den vollständigen Stillstand der Entzündung zum Ziel, um bleibende Gelenkschäden zu verhindern.

Besonders wichtig ist die Information des Umfeldes – auch des Kindergartens und der Schule – um Verständnis zu schaffen, vor allem für Zeiten, zu denen ein Schub stattfindet.

Kinder sollten einem möglichst normalen Tagesablauf folgen. Bewegung und sportliche Aktivität je nach Möglichkeit sind eine wichtige Ergänzung zur Physio- u. Ergotherapie.

Die Initiative Arznei & Vernunft ist ...

... ein Gemeinschaftsprojekt vom Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger, der Pharmig (Verband der pharmazeutischen Industrie Österreichs) und der Wirtschaftskammer Österreich sowie der Ärzte- und der Apothekerkammer.

Das Ziel ist, einen noch vernünftigeren Umgang mit Arzneimitteln auf allen Ebenen des Gesundheitswesens zu fördern.



Impressum:

Initiative Arznei & Vernunft

c/o: Pharmig

Verband der pharmazeutischen Industrie Österreichs

Garnisongasse 4/1/6, 1090 Wien,

Tel.: +43/1/40 60 290, ZVR-Zahl: 319425359

e-mail: office@pharmig.at, www.pharmig.at

c/o: Hauptverband der österr. Sozialversicherungsträger

Kundmannngasse 21, 1031 Wien, Tel. +43/1/71132

e-mail: presse@hvb.sozvers.at, www.sozialversicherung.at

Produktion: R12, 1120 Wien

Cover: © fotolia

Medikamentöse Therapie

Die Therapie verfolgt das Ziel der vollständigen Unterdrückung der Erkrankung, vor allem:

- Schmerzlinderung
- Verminderung der Gelenkzerstörung
- Erhalt der Lebensqualität

Folgende Arzneimittel stehen zur Behandlung der RA zur Verfügung:

- Nichtsteroidale Antirheumatika (NSAR)
- Glucocorticoide
- Disease-Modifying Antirheumatic Drugs (DMARDs)
- Biologika

Da die RA auf eine Störung des Immunsystems zurückgeht, aber auch bedingt durch die Therapie, sind RA-Patienten und -Patientinnen besonders gefährdet, eine Infektion zu erleiden.

Einem umfassenden **Impfschutz** nach dem österreichischen Impfplan kommt daher besondere Bedeutung zu.

Fragen Sie Ihren Arzt oder Ihre Ärztin!

Nicht-medikamentöse Therapie

- **Physikalische Therapie**
zur Verbesserung der Gelenkbeweglichkeit, Muskelkraft und Bewegungsabläufe sowie zur Schmerzreduktion.
- **Ergotherapie**
zur Funktionsverbesserung des Hand- und Armeinsatzes und der Alltagsabläufe sowie zum Erlernen von Gelenkschutzmaßnahmen.
- **Heilbehelfe und Hilfsmittel**
Orthesen, Einlagen, Schuhe und Mieder unterstützen die Gelenke (Stabilisierung und Verbesserung der Funktion) und lindern Schmerzen.
- **Rehabilitation**
zum Erreichen der höchstmöglichen Aktivität und Selbständigkeit, um die Lebensqualität zu erhöhen.
- **Chirurgische Therapie**
zur Verringerung des Fortschreitens der Erkrankung, der Erhaltung der Mobilität, der Korrektur von Deformitäten sowie zur Schmerzreduktion, wenn medikamentöse und konservative Therapien keinen Erfolg zeigen.
- **Patienten- und Patientinnenschulung**
zur Vermittlung krankheitsspezifischen Wissens, dem Erlernen des Umganges mit Komplikationen sowie zur aktiven Krankheitsbewältigung („Empowerment“).

Lebensstil

Die Berücksichtigung folgender Maßnahmen unterstützt die Therapie:

- Verzicht auf Rauchen
- Ausgewogene Ernährung
- Erzielung des Normalgewichts
- Ausreichend Bewegung, wobei auf fließende Bewegungsabläufe zu achten ist und ruckartige Bewegungen sowie einseitige Belastungen zu vermeiden sind.
- Sportarten wie
Schwimmen
Radfahren
Nordic Walking auf weichem Boden
- Die Verwendung von speziellen Hilfsmitteln (zB Knopf-
lochschiene, spezielle Messer etc.) erleichtern den
Alltag und schützen die Gelenke.

Ziel der Behandlung ist, die Lebensqualität zu verbessern und ein aktives gesellschaftliches Leben zu führen.

Tipps für den Alltag

Österreichische Rheumaliga (ÖRL)

- Informationen über die Vielfalt der rheumatischen Erkrankungen
- Weitergabe neuer medizinischer Erkenntnisse
- Rheumatage, Tag der offenen Tür, Bewegungstage für Jung und Alt
- Regelmäßige Treffen zum Erfahrungsaustausch (auch mit Ärzten und Ärztinnen)
- Regelmäßiges Rheumagymnastik- und Unterwasserprogramm mit erfahrenen Physiotherapeuten und -therapeutinnen
- Gemeinsame Aktivitäten, Ausflüge, ...
- Herausgabe der Vereinszeitung „Aktiv mit Rheuma“

Schaffer Gertraud

Tel.: 0699/15541679

info@rheumaliga.at

www.rheumaliga.at

Selbsthilfegruppe (SHG) Rheumalis

- Informationsmaterial über **Kinderrheuma** sowie das Leben im Alltag
- Tipps und Unterstützung für Kindergarten und Schule
- Monatliche Gruppentreffen
- Einzelgespräche
- Herausgabe von „Rheumalis Express“
- Kinderbuch „Oliver hat Rheuma“
- Jährliche Intensivtherapiewoche
- Informationsveranstaltungen

Formanek Karin

Tel.: 0699/19748811

shg.rheumalis@yahoo.com

www.rheumalis.org

Weitere Selbsthilfegruppen finden Sie bei der

ARGE Selbsthilfe Österreich

Tel.: 0664/3429137

arge@selbsthilfe-oesterreich.at

www.selbsthilfe-oesterreich.at