



FOTO: © 123RF - SEBASTIAN KAULITZKI

# Rheuma – eine fassbare Krankheit?

Unter dem Begriff Rheuma werden heute in der herkömmlichen Medizin alle Beschwerden zusammengefasst, die mit ziehenden, reißenden und fließenden Schmerzen in Gelenken und Muskulatur einhergehen.

■ TEXT: DR. WOLFGANG AUER

Die medizinisch korrekte Bezeichnung ist Erkrankung des rheumatischen Formenkreises. Die Wissenschaft klassifiziert zwischen 300 und 400 verschiedene Formen. Selbst Ärzte sind mit diesen „Einteilungen“ überfordert.

Umso mehr fühlen sich viele betroffene Patienten mit der Diagnose Rheuma verunsichert, denn wie soll ein Leidender

jetzt wissen, was er tun kann, welche Behandlung für ihn die richtige ist, beziehungsweise wie es weitergehen wird und wie die Prognose für die Zukunft lautet.

Die unterschiedlichen Arten von Rheuma umfassen auch von der Ursache verschiedenste Krankheitsbilder, von Gelenksveränderungen durch Psoriasis, von Autoimmunerkrankungen bis hin zu Bin-

degewebsstörungen. Selbst Augen, Nieren oder Gefäßerkrankungen zählen im weiteren Sinn zu rheumatischen Veränderungen.

Auch für Ärzte stellt die Diagnose ein großes Problem dar. Bildgebende Verfahren wie Röntgen, Computertomographie und Magnetresonanz stellen meist nur eine Momentaufnahme dar, denn Rheuma verläuft in den meisten Fällen in Schüben, das heißt Zeiten mit nahezu beschwerdefreien Intervallen lösen sich ab mit Perioden schwerer Entzündungen. Die laborchemischen Untersuchungen leisten hier schon mehr an Aussage: die wichtigsten sind: Blutsenkungsgeschwindigkeit, C-reaktives Protein (zeigt die Aktivität der Entzündung), Rheumafaktoren, aber auch HLAB27, das häufig mit Morbus Bechterew in Verbindung gebracht wird.

Diese Entzündungen sind das eigentliche Problem beim rheumatischen Formenkreis. In den Gelenken werden Entzündungsproteine und andere aggressive Substanzen produziert, die den Gelenkknorpel und die Gelenkhaut nachhaltig schädigen und in schweren Fällen sogar ganz zerstören können. Die Folge sind Steifheit und chronische Schmerzen, die für den Patienten im fortgeschrittenen Erkrankungsstadium meist einen künstlichen Gelenkersatz, beginnend mit Hüfte oder Knie, bedeuten. Vor allem gilt leider eines: Ein bereits geschädigter und zerstörter Knorpel kann sich kaum mehr regenerieren.

Die moderne Medizin hat heute sehr effiziente Methoden zur Hand. In erster Linie stehen herkömmliche Schmerzmittel, aber auch spezielle Antirheumatika mit und ohne Kortison zur Verfügung. Diese werden einerseits von Patienten nicht gerne genommen, aber auch von vielen Ärzten nicht gerne verschrieben, wenngleich diese im Falle eines akuten Schubes sehr wirkungsvoll sein können. Die



**Dr. Wolfgang Auer**

Arzt für Allgemeinmedizin in Neumarkt/Stmk.

Gerichtlich beeideter Sachverständiger für Komplementärmedizin



FOTO: © BIRGIT REITZHOFFMANN

neueste Entwicklung geht von sogenannten Basismedikamenten aus. Diese sind von möglicherweise schwerwiegenden Nebenwirkungen begleitet und sollten nur in der Hand des erfahrenen Rheumatologen eingesetzt werden. Außerdem ist eine permanente Blutkontrolle nötig um diverse Veränderungen frühzeitig zu erkennen.

Leider muss zugegeben werden, dass auch Langzeiterfahrungen noch nicht vorliegen und die Patientenzufriedenheit häufig nicht gegeben ist.

Patienten, bei denen die Diagnose Rheuma gestellt wurde, sind aber nicht hilflos ausgeliefert. Es gibt einige Möglichkeiten, die in der Komplementärmedizin anerkannt sind. Wichtig ist es, dass die Patienten nicht passiv nur auf Behandlungen, Medikamente und Operationen vertrauen, sondern sich aktiv, ausdauernd und konsequent um ihre Gesundheit kümmern.

Der Lebensstil bestimmt die Prognose eindeutig mit. Gesunde Lebensweise vor allem im Hinblick auf Ernährung – im

„ Brennesseltee und andere Rheuma-Teemischungen können ergänzend eingesetzt werden. „

Sinne Kneipps – kann immense Auswirkungen haben. Unterschiedliche Diätprogramme liegen vor. Sinnvoll erscheint vor allem der Verzicht auf Arachidonsäurehaltige Lebensmittel – vor allem fettreiches Fleisch. Auch Histamin spielt in den neueren Erkenntnissen eine Rolle – daher vor allem auf frische und natürliche Ernährung achten. Insgesamt sollte auf einen ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt geachtet werden, da überschüssige

Säuren vor allem im Bindegewebe Schaden anrichten und Entzündungen begünstigen.

Physikalische Therapien können viel bewirken, selbst die gute alte Kur sollte regelmäßig in Anspruch genommen werden, hier stehen in Österreich viele anerkannte und professionelle Einrichtungen zur Verfügung, die auf den rheumatischen Formenkreis spezialisiert und sehr kompetent sind. Wichtig hierbei: Konsequente Durchführung und Verordnung entsprechend der jeweiligen Rheumaform und dem derzeitigen Aktivitätszustand der rheumatischen Erkrankung.

Auch Pflanzliche Heilstoffe können sowohl ergänzend wie auch vorbeugend in schubfreien Intervallen eingesetzt werden. Empfehlenswert ist auf jeden Fall eine Kur mit Brennesseltee im Frühjahr, aber auch Arnika und Weidenrinde können sinnvoll sein. Die besten Studien-daten zeigt natürlicher Boswelliaextrakt. Vitamine sind ebenfalls sinnvoll, vor allem auf Vitamin D<sub>3</sub> ruhen die Hoffnungen. ■

## Natürliche Hilfe bei Rheuma - Ohne Nebenwirkungen

**Boswelliaextrakt wird bei Erkrankungen des Bewegungsapparates zur Linderung der Symptomatik verwendet. Dieses pflanzliche Produkt mit entzündungshemmendem Harz des Boswellia sacra und mit Vit. D3 eignet sich zum Einsatz bei akuten und chronischen Schmerzen, sowie bei Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises. Dazu gehören nicht nur entzündete Gelenke, sondern auch der gefürchtete Weichteilrheumatismus.**

Anwendungsgebiete von Arthrovital®: Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises, Schmerzen und Steifheit von Muskeln, Gelenken und Wirbelsäule, Entzündungen von Sehnen, Sehenscheiden und Schleimbeutel, chronische und akute Rückenschmerzen.

Arthrovital® wird wegen bioaktiv wirksamen Inhaltsstoffen bei Entzündungen und damit einhergehenden akuten und chronischen Schmerzen eingesetzt. Die Entzündungshemmung stoppt die Arthrose, Gelenke erholen sich, der Schmerz verschwindet. Sofortwirkung von

der ersten Kapsel an.

Indikationen sind Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises. Dazu zählen Weichteil und Gelenksrheumatismus sowie rheumatoide Arthritis bei Abnützungen. Heute weiß man um die entzündungshemmenden und immunmodulierenden Eigenschaften von Arthrovital®. Dieser Effekt geschieht durch die Unterdrückung entzündungsfördernder Zytokine. Klinische Studien untermauern dies eindrucksvoll. Bei Gelenkentzündungen lindert Boswellia die Schmerzen und erhöht die Beweglichkeit.



Produktphoto

Vertrieb: KWIZDA OTC

diätet. LM mit bes. med. Verwendung

Vitamin D<sub>3</sub> spielt eine wichtige Rolle um die Knochengesundheit zu erhalten. Pflanzliche Substanzen sind ein wichtiger Bestandteil des therapeutischen Spektrums zur Behandlung von Beschwerden des Bewegungsapparates. Für Patienten mit rheumatischen Beschwerden stellt Arthrovital eine sinnvolle Alternative dar. Als Ergänzung zur notwendigen Basismedikation rheumatischer Erkrankungen können pflanzliche Substrate die Effektivität der Therapie stei-

gern. Auch eine Reduzierung der Dosierung der Medikamente ist in vielen Fällen möglich.

Arthrovital® ist nach bisheriger Erfahrung völlig frei von Nebenwirkungen – vor allem kommt es zu keiner Entzündung der Magenschleimhaut, die bei herkömmlichen antirheumatischen Präparaten gefürchtet ist. Optimale Hilfe ohne Nebenwirkungen. Das Anti Rheumamittel Arthrovital® ist in allen Apotheken erhältlich. Eine weitere innovative Entwicklung von Dr. Auer®.