

# Wer lindert mein Rheuma?



## BILD-Lexikon Die alten Griechen dachten, Rheuma sei kalter Schleim

- Mehr als 100 Gelenke sorgen dafür, dass sich der menschliche Körper in viele Richtungen verbiegen kann. Gestützt werden unsere Gelenke dabei von Bändern und Sehnen.
- Der Begriff „Rheuma“ ist eigentlich ein Oberbegriff für rund 450 Erkrankungen. Sie alle haben gemeinsam, dass sie chronische Schmerzen im Stütz- oder Bewegungsapparat hervorrufen.
- „Rheuma“ kommt aus dem Griechischen und bedeutet „fließen“. Bereits in der Antike wurde der Begriff verwendet. Die Gelehrten dieser Zeit dachten damals, dass kalter Schleim, der vom Kopf hin zu den Extremitäten fließt, die Beschwerden auslöst.
- Der Name „Rheuma“ in seiner heutigen Verwendung geht auf den französischen Mediziner Guillaume de Baillou (1538 – 1616) zurück.
- Früher rieten Ärzte ihren Rheumapatientinnen von einer Schwangerschaft ab. Damals war zu wenig über die Einnahme von Rheuma-Medikamenten bei Schwangeren bekannt. Inzwischen gibt es allerdings Arzneien, die für die Mutter und das ungeborene Kind unbedenklich sind.

Nürnberg – Es fühlt sich manchmal an wie ein starker Muskelkater. Dabei kann viel mehr dahinterstecken: Rheuma! Die Gelenke entzünden sich, schwellen an, Bewegungen schmerzen.

Die heimtückische Krankheit ist inzwischen der häufigste Grund für Arbeitsunfähigkeit.

Dabei unterscheiden Mediziner drei große Gruppen:

► Arthrose (Abnutzung der Gelenke) führt im Alter zu Bewegungs-Einschränkungen. Rheumatologe Dr. Klaus Hiemeyer (59): „Das gehört zum Leben dazu und muss nicht unbedingt weh tun.“

► Arthritis (entzündliches Rheuma) entsteht, wenn das immunologische System gestört ist und das körpereigene Gewebe zerstört. Es kann sehr schmerzhaft sein.

► Weichteil-Rheuma befällt vor allem Muskeln und Sehnen und kann ebenfalls stark weh tun.

### Was löst Rheuma aus?

Die Krankheit kann viele Ursachen haben. Deshalb setzen viele Rheumatologen auf ganzheitliche Therapien. „Bei Rheuma ist die Balance des Körpers aus dem Gleichgewicht. Da spielen oft viele Faktoren zusammen“, sagt Dr. Hiemeyer Probleme im Job oder in der Familie, schlechte Ernährung, wenig Bewegung. Dr. Hiemeyer: „Unsere Aufgabe ist es deshalb: zuzuhören, hinschauen, abtasten.“

### Betrifft Rheuma nur alte Menschen?

Nein. Auch Kinder können Rheuma bekommen. Bei ihnen verläuft die Krankheit meist sehr schlimm und schmerzhaft.

### Wie behandelt mich der Arzt?

Bei starker Arthrose

helfen Schmerzmittel. Bei Arthritis wird mit entzündungshemmenden Arzneimitteln, Kortison, und speziellen Anti-Rheuma-Medikamenten behandelt.

### Was sind das für Medikamente?

Es sind künstlich hergestellte Eiweißstoffe, und Antikörper, die Entzündungsbotenstoffe blockieren. Damit greifen sie in die Körpervorgänge ein, die das Rheuma auslösen. So wird die Zerstörung der Gelenke aufgehalten.

### Ist es gut, wenn ich schmerzende Gelenke schonen?

Im Gegenteil. Sport, vor allem Schwimmen, Nordic-Walking und Skilanglauf, beugt Rheuma nicht nur vor. Bewegung und gezielte Krankengymnastik verhindern, dass die Gelenke steif werden. Wichtig außerdem: eine gesunde Ernährung.

Der menschliche Körper besteht aus mehr als 200 Knochen. Beweglich wird er durch die über 100 Gelenke



Dr. Klaus Hiemeyer (59) zeigt einer Patientin auf dem Pezzi-Ball Übungen gegen Rheuma

## Niedergelassene Ärzte

### Dr. Klaus Hiemeyer

Spezialist für Innere Medizin/ Rheumatologie und Facharzt für Physikalische und Rehabilitative Medizin. Naturheilverfahren, Chirotherapie, Akupunktur, psychosomatischer Grundversorgung und Sozialmedizin  
Untere Schmiedgasse 8  
90403 Nürnberg  
☎ (0911) 2 40 24 41

### Privatpraxis

#### Prof. Bernhard Lang

Internistische Rheumatologie  
Schweinauer Hauptstr. 12,  
90441 Nürnberg  
☎ (0911) 9 99 23 45

#### Dr. Albert Gübhaber

Praxis für Orthopädie und orthopädische Chirurgie,

physikalische und Rehabilitative Medizin, Rheumatologie, Sportmedizin, Chirotherapie  
Pirckheimer Str. 68  
90408 Nürnberg  
☎ (0911) 3 66 81 30

#### Dr. Georg Lösch

Internistische Rheumatologie  
Lina-Ammon-Str. 28  
90471 Nürnberg  
☎ (0911) 8 18 91 31

### Dr. Manfred Haagen

Facharzt für Orthopädie, spezialisiert auf Rheumatologie  
Rollnerstraße 30  
90408 Nürnberg  
☎ (0911) 3 60 51

### Dr. Peter Mentzel

Rheumatologe, Innere Medizin  
Bayreuther Straße 6a

91301 Forchheim  
☎ (09191) 7 33 89 10

### Dr. Florian Schuch und Koll.

Rheumatologische Schwerpunktpraxis, internistische Rheumatologie, Blutreinigungsverfahren/ Dialyse, Osteologie  
Möhrendorfer Str. 1c  
91056 Erlangen  
☎ (09151) 8 90 00

## Klinik- arzt

### Prof. Georg Schett

Rheumatologie, Schwerpunkte: Osteoporose, Knochenstoffwechsel; Kassenpatienten nach Überweisung Uni-Klinik  
Erlangen 3,  
☎ (09151) 850