

4. Patiententag „Rheuma aktuell“ am 21.05.2016

Bericht des St. Josef-Stifts zum Patiententag des Kooperativen Rheumazentrums Münsterland e.V., der am 21.05.2016 im Spithöver-Forum stattfand

Kompaktes Rheumawissen aus verschiedenen Blickwinkeln

Neues aus der Rheumabehandlung stand im Mittelpunkt des Patiententages „Rheuma aktuell“, den das Kooperative Rheumazentrum Münsterland e.V. am 21. Mai 2016 veranstaltete. Das Spithöver-Forum im St. Josef-Stift Sendenhorst bot den passenden Rahmen für die kurzen kompakten Impulsvorträge, für die Präsentation der Selbsthilfegruppen und für den direkten Austausch zwischen Patienten und Rheuma-Fachleuten.

Durch die Veranstaltung führte Prof. Dr. Michael Hammer in seiner Funktion als Vorsitzender des Rheumazentrums. Als Chefarzt der Klinik für Rheumatologie im St. Josef-Stift hatte er als Gastgeber zugleich ein Heimspiel, ebenso wie viele Referenten.

„Zunehmend Hoffnung auf therapiefreie Krankheitsverläufe“

Einen Blick in die Zukunft der medikamentösen Rheumatherapie warf Dr. Klaus Schroeder (Hamm): „Weniger und neue Medikamente“ und die „zunehmende Hoffnung auf therapiefreie Krankheitsverläufe“ waren zwei Kernaussagen des Rheumatologen. In welchen Quantensprüngen sich die Rheumaforschung vollzog, verglich er mit der Erkenntnis, dass die Erde keine Scheibe, sondern Teil eines komplexen Planetensystems ist.

Rheuma hat viele Gesichter: Von Mund- und Augentrockenheit kann jeder mal im Leben betroffen sein“, so Prof. Dr. Heidemarie Becker (Universitätsklinik Münster), doch bei schwerwiegenden Verläufen könne sich auch das Sjögren-Syndrom dahinter verbergen, eine Entzündung der Tränen- und Speicheldrüsen, die bis zum Funktionsverlust führen könne.

Auch bei Gelenksbeschwerden sei eine genaue Diagnose erforderlich, ob es sich um Arthrose, also verschleißbedingte Schmerzen handelt, oder aber um Arthritis, entzündlich-rheumatisch verursachte Beschwerden, so PD Dr. Peter Willeke (Münster).

Chronischen Schmerz ein Stück weit akzeptieren

Wenn Schmerzen chronisch werden, können sie bei Betroffenen zu folgenschweren Schonhaltungen, sozialem Rückzug und Depressionen führen. Wie die multimodale Schmerztherapie helfen kann, erklärte Herbert Thier, Chefarzt der Schmerzlinik für Gelenk- und Rückenbeschwerden im St. Josef-Stift. Im Vordergrund steht, dass der Patient lernt, wie er selbst den Schmerz lindern und positiv beeinflussen kann. Zusätzlich sei eine Erhöhung der Schmerzakzeptanz wichtig: „Der Kampf gegen den Schmerz bindet viel Kraft und blockiert den Patienten für Tätigkeiten und Aktivitäten, die ihm eine Kraftquelle sein können.“ Diese Erkenntnis sei für den Patienten „kein Schritt, sondern ein Sprung“.

Gesellschaftliches Phänomen: Entspannung ist out!

Die Rolle der Psyche bei schmerzhaften Muskelverspannungen und chronischen Schmerzen erklärte Diplom-Psychologe Dieter Minnebusch (St. Josef-Stift). Mit Entspannungstechniken ließe sich die Muskelspannung senken, der Herzschlag beruhigen und der Blutdruck senken. Trotz dieser positiven Effekte sei es ein gesellschaftliches Phänomen, dass Erholung keinen anerkannten Stellenwert habe. Sein Appell: Sich mit Entspannungstechniken diese Form von positiver Körperwahrnehmung und Selbstachtsamkeit zu gönnen.

Raus aus dem Teufelskreis des Schmerzes

Klassische und neue Behandlungsformen der Physiotherapie stellte Peter Müller, Leitender Physiotherapeut im St. Josef-Stift Sendenhorst, vor. Ziel sei immer, den Teufelskreis zu durchbrechen: Schmerz führt zu Bewegungsvermeidung und einer Abnahme der Leistungsfähigkeit und daraus resultierend zu neuem Schmerz durch Überlastung. Wichtige neue Impulse erhielt die Physiotherapie durch das Wissen über die Funktion der Faszien, die die Muskeln umhüllen und gleitende Bewegung ermöglichen. Verklebungen und Verdickungen verursachten dagegen starke Schmerzen und Dysbalancen im Körper.

Viele weitere Aspekte wurden thematisiert, so etwa akute Rückenschmerzen (Dr. Christian Brinkmann, Chefarzt der Klinik für Wirbelsäulenchirurgie) und rheumatisch bedingte Schulterbeschwerden (Dr. Nina Mühlhaus, Klinik für Rheumaorthopädie). Wie Schienen die Gelenke in Hand und Fingern stabilisieren und Hilfsmittel die Selbstständigkeit im Alltag erhalten, erklärte Ergotherapeutin Verena Ruppel (St. Josef-Stift).

"...nicht mehr schwarz und hässlich"

Was tun, wenn die Füße im Alter mehr Halt und Unterstützung benötigen? „Im Laufe des Lebens verändern sich die Sehnen und Bänder im Fuß“, so Christian Zott, Leiter der Orthopädischen Werkstatt des St. Josef-Stifts, ebenso die Körperstatik, wenn der Rücken krummer und der Bauch runder werde. Mit orthopädischen Schuhen können Schmerzpunkte reduziert und der Fuß in die Bewegung geführt werden. Mit einem Vorurteil räumte er auf: „Ein orthopädischer Schuh ist heute nicht mehr schwarz und hässlich.“

Diesen Bericht mit allen Fotos finden Sie im Internet auf der Homepage des St. Josef-Stifts:

<http://www.st-josef-stift.de/aktuelles/aktuelle-nachrichten/nachrichten/rheumatag-des-kooperativen-rheumazentrums-muensterland-ev-im-st-josef-stift/>