

Zehn Experten beim Rheuma-Patiententag im St.-Josef-Stift

# Auch Betroffene können viel tun

**SENDENHORST.** Zehn Rheuma-Experten – zehn spannende Vorträge: Der Rheumapatiententag des Kooperativen Rheumazentrums Münsterland e.V. fand in diesem Jahr im St.-Josef-Stift statt und zog wieder viele interessierte Besucher an. Neues aus Therapie und Diagnostik von Rheuma sowie Info-Stände von Selbsthilfegruppen sind die Zutaten für diese mittlerweile fest etablierte Patientenveranstaltung. Für Moderator Prof. Dr. Michael Hammer war es ein Heimspiel: Der Vorsitzende des Rheumazentrums Münsterland ist Rheumatologie-Chefarzt im St.-Josef-Stift.

Es gab Neues über Rheuma-Basismedikamente: „Die klassischen, Jahrzehnte bewährten Basismedikamente haben vor zehn Jahren Gesellschaft bekommen durch die sehr teuren Biologika, die gegen Botenstoffe wirken, die die rheumatischen Entzündungsprozesse in Gang setzen“, heißt es im Bericht des Stifts. Der niedergelassene Rheumatologe Dr. Klaus Schroeder erklärte, dass die allerneueste Medikamentengeneration, die so genannten Januskinasehemmer, innerhalb der Zelle in den Entzündungsprozess eingreifen: „Januskinasehemmer sind eine erfreuliche Ergänzung und neue Waffe im Arsenal gegen rheumatoide Arthritis und hochwirksam wie Biologika.“

Eine Gesichtsrötung in Schmetterlingsform kann viele Ursachen haben: Manchmal ist es eine Allergie, zu viel Sonne oder Kosmetika, oder es handelt sich um eine so genannte Rosacea. Wenn es aber die rheu-



Zum Rheuma-Patiententag begrüßte Prof. Dr. Michael Hammer (5.v.r.) Experten aus dem St.-Josef-Stift und dem Uniklinikum Münster. Die Veranstaltung fand in Zusammenarbeit mit dem Kooperativen Rheumazentrum Münsterland e.V. statt.

matische Autoimmunerkrankung Lupus erythematosus ist, „ist das ein Fall für den Rheumatologen“, appellierte Privatdozent Dr. Dr. Jan Ehrchen von der Hautklinik der Uniklinik Münster. In der Hälfte der Fälle auffälliger Gesichtsrötungen werde der echte „Lupus“ falsch diagnostiziert – was fatal für die Behandlung sei.

Mit Schienen und Hilfsmitteln zum Gelenkschutz lassen sich Fehlbelastungen und Fehlstellungen der Gelenke vermeiden oder verzögern. Dazu gehören aber auch Dauerbelastungen wie beim Tippen oder Bügeln zu vermeiden. „Es geht darum, Lebensqualität und Selbststän-

digkeit im Alltag zu erhalten“, so Ruth Koch, Leitende Ergotherapeutin im St.-Josef-Stift. Mit einem Augenzwinkern empfahl sie: „Auch das Delegieren von Tätigkeiten ist eine Gelenkschutzmaßnahme.“

Auch wenn die Gelenke entzündet sind: Belastungsarme und schmerzfreie Bewegung tue den Gelenken gut und trainiere auch Herz und Lunge. „Bewegung regt die Gelenkkapsel durch Druck und Zug an, Gelenkschmiere zu produzieren. Gelenkschmiere ernährt den Knorpel und die Gelenkinnenhaut und hemmt entzündungsfördernde Stoffe“, erklärte Peter Müller, Leiten-

der Physiotherapeut im St. Josef-Stift. Besonders geeignet seien zum Beispiel Schwimmen, Radfahren, Nordic Walking, Wandern und Tanzen. Die Schmerzgrenze sollte aber immer beachtet werden.

„Es gibt nicht die Diät, die Sie von Rheuma heilen kann. Aber Sie können mit einer Ernährungsumstellung den Körper positiv beeinflussen und unterstützen, dass zum Beispiel Rheumaschübe seltener oder weniger stark sind“, verdeutlichte Diätassistentin Birgit Schlüter, St. Josef-Stift, in ihrem Beitrag zum Rheumatag.

Referenten des St.-Josef-Stifts und des Uniklinikums

Münster informierten auch über Fieber bei Rheuma, den Zusammenhang von Rheuma und Depression, Kinderreuma und die Behandlung von Entzündungsprozessen in den Facettengelenken der Wirbelsäule und in den Zehngelenken. Infostände der Deutschen Vereinigung Morbus Bechterew, der Rheumaliga, des Bundesverbandes Kinderreuma und der Ergotherapie des St.-Josef-Stifts rundeten das Angebot ab. Außerdem bestand Gelegenheit, mit den Experten ins Gespräch zu kommen.