

Gesundheitsforum: „Rheumatische Erkrankungen und deren Behandlungsmöglichkeiten“

Nicht alle Gäste fanden zum Gesundheitsforum einen Platz

Mit dem Thema „Rheumatische Erkrankungen“ hat das Klinikum zum Gesundheitsforum am Mittwoch voll ins Schwarze getroffen. Der Besucherandrang war so groß, dass Interessierte aus Sicherheitsgründen abgewiesen werden mussten. „Wir haben an Stühlen herbeigeht, was herbeizuholen ist. Mehr geht nicht“, sagte Martin Evers, Prokurist des Klinikums Bad Salzungen. Und er versprach, dass das Klinikum im nächsten Jahr eine ähnliche Veranstaltung anbieten werde.

Foto: Heiko Matz



„Rheuma tut weh, ein Nierenschaden aber nicht“

Rheuma ist eine Krankheit, die auch Einfluss auf die Nierenfunktion haben kann. Wie wichtig eine regelmäßige Kontrolle des Urins und der Nierenfunktion bei Rheumapatienten ist, erläuterte Dr. Horst Berger, Facharzt für innere Medizin und Nephrologie beim Gesundheitsforum im Bad Salzunger Klinikum.

„Die chronische Entzündung bei Rheuma ist kreislaufbelastend und kann zu Nierenfunktionsstörungen führen“, erklärte der Mediziner den zahlreichen Interessierten. Die Gefahr von Herzinfarkt und Schlaganfall steigt. „Daher muss die chronische Entzündung in den Griff bekommen werden, um die Nieren zu schonen.“



Dr. Horst Berger.

Doch wie kann Rheuma die Nieren schädigen? Die für die Funktion der Niere wichtigen Nierenkörperchen können sich entzünden, genauso wie das Nierenmark. Oder die empfindlichen Urinkanalöden verstopfen. „Wird eine große Menge der Urinkanalöden verstopft, führt das zu Nierenversagen.“ Dr. Horst Berger erläuterte einige rheumatische Erkrankungen, bei denen die Nieren betroffen sein können, näher. „Rheumatoide Arthritis oder Morbus Bechterew „sind Erkrankungen, die durch die chronische Entzündung zu Eiweißablagern in der Niere führen können.“ Beim Sjögren Syndrom ist das Nierenmark betroffen und beim Sharp Syndrom kann es zu einer Nierenkörperchenentzündung kommen, genauso wie bei Lupus erythematosus. „Jeder Lupus-Patient sollte regelmäßig nach Nierenschäden untersucht werden“, da die Krankheit sehr vielgestaltig ist.

Regelmäßig untersuchen

Aber auch die Rheumamedikamente haben Einfluss auf die Nieren. „Grundsätzlich sollte man bei jeder Tabletteneinnahme – vor allem bei chronischer Erkrankung – immer gut abwägen“, riet der Facharzt für Innere Medizin. „Denn Fakt ist: Rheuma tut weh, ein Nierenschaden tut aber nicht weh.“ Daher sei es wichtig, bei Auffälligkeiten einen Nephrologen aufzusuchen.

Um abzuklären, ob die Nieren geschädigt sind, gibt es verschiedene Untersuchungsmethoden. Sonographie der Niere, Nierenpunktion, Bestimmung der Urinmenge, Blut- und Urinuntersuchungen sind möglich.

Regelmäßig, riet Dr. Horst Berger zum Abschluss seines Vortrages, sollten bei jedem Rheumapatienten von Hausarzt oder Rheumatologen die Kreatinin- und Harnstoffwerte untersucht werden.

mac

Nicht um die Behandlung der Erkrankung, sondern um die Linderung der Symptome geht es in der Physikalischen Medizin. Dr. Gabriele Lichti erläuterte Therapien bei rheumatischen Erkrankungen.

Von Peggy Machoi

Bad Salzungen – Berühmtheiten wie Auguste Renoir hatten sie, Antoni Gaudi oder Schriftsteller James Joyce: die rheumatische Arthritis. Schon im Altertum gab es Anwendungen, wie Bäder, Heilerden, ab dem 18. Jahrhundert die Elektrotherapie, um die Symptome zu lindern. Und genau an dem Punkt, der Behandlung der Symptome, setzt die Physikalische Medizin an. Welche Möglichkeiten es heute gibt, die Symptome zu lindern, erklärte Dr. Gabriele Lichti, Chefärztin des Zentrums für Physikalische und Rehabi-

litative Medizin beim Gesundheitsforum des Bad Salzunger Klinikums. Hauptaufgaben der physikalischen Therapie bei rheumatischen Erkrankungen sind unter anderem die Schmerzlinderung, Entzündungsdämpfung, aber auch die Kraft und Beweglichkeit des Patienten zu verbessern und die Durchblutung zu erhöhen. „Komplette Schmerzfreiheit ist oft nicht zu erreichen, das muss man dem Patienten deutlich sagen“, erklärte die Fachärztin. Welche Methode gewählt wird, hängt immer von der Erkrankung, aber auch anderen Gegebenheiten, wie den nicht rheumatischen Begleiterkrankungen ab. „Eine spezielle Rheumakrankengymnastik gibt es nicht, man kann aber das ganze Repertoire der Krankengymnastik und Physiotherapie zum Ansatz bringen.“

Wahl der Behandlung

Kryotherapie, bei der mit Kälte gearbeitet wird, Elektrotherapie oder auch Akupunktur sei gegebenenfalls geeignet, um Schmerzen zu lindern. „Auch die Akupunktur ist eine reine

Schmerzbehandlung, die nicht das Rheuma direkt bekämpft“, erklärte Lichti. In der Elektrotherapie können beispielsweise mit der Interferenz die Muskeln gelockert und die Durchblutung gefördert werden.

Es gibt jedoch auch wichtige Einschränkungen bei der Wahl der Behandlungsmethode. „Bei akuten Entzündungen sollte man keine Wärme anwenden“, erläuterte die Medizinerin als Beispiel. Bei Massagen müsse man auf Gerinnungsstörungen und die Lagerung des Patienten achten, „oder auf die Empfindlichkeit der Haut, wenn der Patient Cortison nimmt.“

Auch Hilfsmittel für das tägliche Leben erläuterte Dr. Gabriele Lichti. Eine Schere etwa, die sich von alleine wieder öffnet. „Versuchen Sie einmal



Dr. Gabriele Lichti.

mit einer rheumatischen Hand eine Schere zu bedienen“, gab die Ärztin den Anwesenden zu bedenken. „Sie bekommen die vielleicht zu, aber nicht wieder auf.“

Psychosoziale Therapien dienen der Stabilisierung des Selbstwertgefühls, verbessern das seelische Befinden und lenken ab. „Selbsthilfegruppen sind ganz wichtig, da wird informiert und organisiert“, riet Lichti den Betroffenen.

Eine gute Nachricht hatte die Ärztin für chronisch Kranke auch dabei: Seit diesem Jahr gibt es für verschiedene chronische Erkrankungen, zum Beispiel die chronisch entzündlichen Krankheiten, die Chance auf mehr Physiotherapien. „Weil die aus der Budgetberechnung Ihres Arztes herausgenommen werden.“ Das gilt auch für den Rehasport.

Ob die Magnetfeldtherapie bei Rheuma wirke, wollte eine Zuhörerin zum Abschluss des Vortrages wissen. „Eine positive Wirkung auf Schmerzen sind beim Menschen bisher noch nicht nachgewiesen worden“, so Lichti.

Biologika greifen in das Immunsystem ein

Viele eigene Patienten sah Dr. Wasilis Kolowos, Facharzt für Rheumatologie am Medizinischen Versorgungszentrum, in den Reihen vor sich sitzen, als er zum Gesundheitsforum über neue Aspekte der Rheuma-Behandlung referierte. Was Rheuma ist, brauchte er nicht groß auszuführen. Die meisten Zuhörer kennen die reißenden, strömenden Schmerzen oder die dicken, angeschwollenen Gelenke, die durch Entzündungen hervorgerufen werden. In Deutschland sind rund zehn Millionen Menschen vom entzündlichen Rheuma betroffen. Und dennoch: „Jeder Rheuma-Patient ist anders“, weiß Dr. Kolowos aus Erfahrung. Auch wenn Rheuma in der Regel nicht heilbar ist, „wollen wir mit der Therapie erreichen, dass der Patient bei einer guten Lebensqualität mit der Krankheit leben kann.“ Schmerzfreiheit, Entzündungshemmung, Verhinderung der Gelenkzerstörung und die soziale Integration sind Therapieziele. Erreichen kann man sie mit Medikamenten, Gelenkpunktionen, einer veränderten Ernährung, physikalischer und operativer Therapie und psychosozialer Beratung. Neben klassischen Basistherapeutika werden heute auch Biologika eingesetzt. Diese greifen gezielt in das Immunsystem ein und blockieren Entzündungsvorgänge.

In der Diagnostik werden heute hochauflösende Ultraschall, der die Entzündung zeigt oder auch Methoden, mit denen man stoffwechselaktive Organe darstellen kann, angewendet.

Der Rheumatologe ging in seinen Ausführungen auch auf neue Medikamente ein, die zum Teil sehr teuer sind. Was einen Mann aus dem Publikum bewegte, zu fragen, wie es mit der Kostenübernahme für die neuen Therapeutika aussehe. „Wer das Medikament braucht, bekommt es auch“, versicherte Dr. Wasilis Kolowos.

Wasilis Kolowos.

m6

m6

Herz und Lunge können Schaden nehmen

Entzündlich-rheumatische Erkrankungen können zu Schäden an Herz und Lunge führen. Dr. Tino Schröder, Oberarzt der Klinik für Innere Medizin, zeigte die Symptome auf und informierte über die Diagnostik.



Tino Schröder.

Rheumatisches Fieber, einhergehend mit Gelenkschmerzen und Knötchenbildung unter der Haut, kann zur Zerstörung der Herzkappenstruktur führen. Luftnot, Fieber, Schwindel oder Leistungsschwäche können Anzeichen für eine Herzbeteiligung bei Rheuma sein. Feststellen lässt sich das mit einer Echokardiographie. Diese Ultraschalluntersuchung liefert schnell zahlreiche Parameter des Herzens. Aber auch Laboruntersuchungen, Belastungs-EKG, Röntgenaufnahmen oder eine Computertomografie können Aufklärung bringen. Beim Herzklappenersatz kann man auf zwei Methoden zurückgreifen: die operative und der Herzkklappenersatz per Herzkatheder. Eingesetzt werden können Kunstklappen oder Bioprothesen. Auftreten kann auch ein Perikarderguss: Wasser im Herzbeutel. „Je mehr es zunimmt, umso problematischer wird es für den Kreislauf“, erklärte Dr. Tino Schröder. Wird die Menge eines Esslöffels überschritten, muss das Wasser mittels Punktion abgezogen werden.

Eine rheumatische Schädigung kann es auch an der Lunge geben. Am häufigsten trifft ein Pleuralerguss auf, eine Wassereinlagerung zwischen Lunge und Brustwand. Oder eine Lungenfibrose. Die Bindegewebsvermehrung schränkt die Beweglichkeit der Lunge ein, der Sauerstoff bleibt auf der Strecke. „Für den Betroffenen kann das problematisch werden.“ Auftreten kann auch ein Lungenhochdruck. Durch einen erhöhten Gefäßwiderstand kann es zu einer Zunahme des Drucks im Lungenkreislauf kommen. Husten, Brustschmerz, Luftnot oder Müdigkeit sind Anzeichen für eine Lungenbeteiligung bei Rheuma. Verschiedene Diagnostikmöglichkeiten, meist miteinander kombiniert, geben Aufschluss.

m6

Bei Gicht auf Bier verzichten

Die Ernährung spielt bei rheumatischen Erkrankungen eine wichtige Rolle. Sie kann Auslöser sein, wie bei Gicht, sie kann aber auch entzündungshemmend wirken. Tipps rund um die richtige Ernährung bei Rheuma gab Diätassistentin Christin Werneburg. „Die Ernährung sollte sich nach den individuellen Beschwerden richten“, so Werneburg. Bei Gicht etwa sollte man auf eine purinarme Kost achten. Inneren, Sardellen, Spargel oder auch Bier seien hier ungünstig. Stattdessen sollte man fettarme Milchprodukte essen, Vollkornprodukte, Kartoffel und „mindestens zwei Liter am Tag trinken – am besten Mineralwasser oder Fruchtsäfte.“

Ganz anders sehe die Ernährung aus bei rheumatoider Arthritis. Schweinefleisch, schmalz, Leberwurst, Eigelb sollte wegen der darin enthaltenen Arachidonsäure von der Speisekarte gestrichen werden. „Die Eiweißquellen sollten durch Fisch ersetzt werden“, erklärte die Diätassistentin. Grundsätzlich eigne sich bei dieser Erkrankung eine überwiegend vegetarische Kost



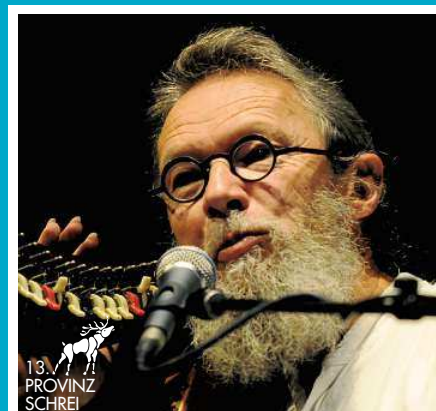
Christin Werneburg.

mit Fisch, Milchprodukten, viel Gemüse und pflanzlichen Ölen. „Aber“, gibt Christin Werneburg zu bedenken, „die Arachidonsäure hält sich noch sehr lange im Körper.“

Auf Calcium- und Vitamin-D-reiche Kost sollte man bei der Osteoporoseprophylaxe achten. „Grüne Gemüsesorten sind reich an Calcium.“ Calciumräuber dagegen seien phosphat- und oxalsäurehaltige Lebensmittel wie Cola, Fleisch und Wurst. Auch Spinat und Rhabarber sollten gemieden werden, genauso wie Alkohol und Koffein. Auf dem Tisch sollten dagegen Pilze, Haselnüsse, Vollkornprodukte und Fisch stehen.

mac

ANZEIGE



Freies Wort Südthüringer Zeitung Meininger Tageblatt

und Provinzkultur e.V. präsentieren
Harfenmagier Myrdhin!

Live in Schmalkalden!

Samstag, 28. September
2013 | 20 Uhr | Schloß Wil-
helmsburg Schmalkalden,
Herrenküche

Mit seinem Programm
»Harpe celtique«

Eine musikalische Rundreise durch die keltische Tradition der Bretagne, Irlands, Schottlands und Wales. Tradition und Neuschöpfung verflochten sich zu einer Musik, die nicht nur zum

Zuhören sondern auch zum Nachdenken auffordert.

- Einzigartig
- Klassische und moderne Musik
- Jazz
- Musikalische Experimente

Tickets: provinzschi.de oder in den Geschäftsstellen von Freies Wort (Für Schüler, Azubis und Studenten ermäßigt!)