

Dieses Merkblatt wurde erstellt von der orthopädisch-rheumatologischen und chirurgisch-unfallchirurgischen Gemeinschaftspraxis Elmshorn, Dres. Hansens, Herzog, Schwarke, Wolf, Grobe und Hilgert.

---

## **ARTHRITIS, RHEUMA**

"Rheuma" ist ein Oberbegriff für verschiedene Krankheitsbilder, die die Gelenke, Muskeln, Sehnen, Weichteile, ja sogar die inneren Organe befallen können. Es gibt über 100 verschiedene Rheuma-Arten. Dem Nichtmediziner am bekanntesten sind sicherlich die Gelenkerkrankungen des Rheumapatienten.

Der Begriff „Arthritis“ setzt sich zusammen aus dem griechischen Wortstamm „Arthros“ (=Gelenk) und dem Zusatz „itis“, der in der Medizin „Entzündung“ bedeutet. Eine Arthritis ist also eine Gelenkentzündung. Für solch eine Gelenkentzündung gibt es verschiedene Ursachen. Wenn man mal von den selteneren Ursachen einer Arthritis absieht, bleibt mengenmäßig vor allem die sogenannte „rheumatoide Arthritis“ übrig.

Dieser Informationsbogen soll nicht dazu dienen, Mediziner auf alle Spitzfindigkeiten des Examens vorzubereiten, sondern er soll unseren Patienten die wichtigsten Informationen zu diesem Themengebiet geben. Deswegen haben wir uns entschieden, dieses sehr umfassende Gebiet innerhalb der Orthopädie gemeinsam zu besprechen.

Bei der Arthrose erkrankt der Gelenkknorpel, bei der Arthritis - der entzündlichen Gelenkerkrankung - fängt die Gelenkinnenhaut an, sich zu verdicken und zu wuchern. Von der Gelenkinnenhaut frisst das "Rheuma" dann Löcher in Knochen und Knorpel. Das Gelenk schwillt insgesamt an, schmerzt sehr, erwärmt sich und bildet Flüssigkeit im Gelenk. Unbehandelt kann es zur hochschmerzhaften Gelenkzerstörung kommen.

---

Die Inhalte dieser Patienteninformation werden für den privaten Gebrauch bereitgestellt. Jegliche anderweitige Nutzung oder Weiterveröffentlichung ist ohne Zustimmung der Autoren untersagt.

© Orthopädisch-rheumatologische und chirurgisch-unfallchirurgische Gemeinschaftspraxis Elmshorn.  
Dr. Hansens, Dr. Herzog, Dr. Schwarke, Dr. Wolf, Dr. Grobe, Dr. Hilgert

Und das nicht nur von einem Gelenk, sondern von vielen gleichzeitig. Unschwer zu verstehen, dass das zur Arbeitsunfähigkeit und später zur Berufsunfähigkeit führen kann. "Rheuma" ist wie ein Krieg gegen sich selbst. Der Kampfort ist die Gelenkschleimhaut, die eigene "Körperpolizei" macht einen verhängnisvollen Fehler: sie kämpft gegen den eigenen Wirt. Das ist "Rheuma", ein "Lesefehler" der eigenen Abwehrzellen.

### **Wie machen sich Arthritis oder Rheuma bemerkbar?**

Es gibt kein ganz eindeutiges Zeichen für diese Diagnosen. Gelenkschmerzen an zwei Gelenken, länger als 6 Wochen mit Morgensteifigkeit in den Gelenken über 60 Minuten, sollten Anlass geben, zum Arzt zu gehen. Je früher eine adäquate Behandlung einsetzt, umso besser ist es. "Schlag früh und kräftig zu", das ist eine moderne Maxime bei der medikamentösen Therapie. Wir können "Rheuma" nicht heilen, aber wir können mit neuen, sehr guten Medikamenten den Krankheitsprozess abmildern, die Schmerzen nehmen und einen Stillstand der Erkrankung -wir nennen das "Remission" - erreichen.

### **Was passiert, wenn keine Behandlung erfolgt?**

Die Gelenkschmerzen nehmen ohne Behandlung immer weiter zu. Da das Bewegen schmerzt, vermeiden wir es soweit wie möglich. Die Gelenke werden nicht mehr komplett durchbewegt und steifen dadurch immer mehr ein.

### **Kann man vorbeugend etwas dagegen tun?**

Was "Rheuma" auslöst, ist der Medizin nicht klar. Eine erbliche Vorgabe, an Rheuma leichter zu erkranken, ist zu beobachten. Rauchen schadet dem Krankheitsverlauf. Eine eigentliche "Rheumadiät" gibt es nicht. Meiden Sie trotzdem Zucker, Weißmehl und rotes Fleisch (Rindfleisch). Obst, Gemüse, Fisch sind ratsam. Brennessel-Tee, Hühnerfleisch, grüner Hafertee lindern entzündliche Reizungen.

---

Die Inhalte dieser Patienteninformation werden für den privaten Gebrauch bereitgestellt. Jegliche anderweitige Nutzung oder Weiterveröffentlichung ist ohne Zustimmung der Autoren untersagt.

© Orthopädisch-rheumatologische und chirurgisch-unfallchirurgische Gemeinschaftspraxis Elmshorn.  
Dr. Hansens, Dr. Herzog, Dr. Schwarke, Dr. Wolf, Dr. Grobe, Dr. Hilgert

## **Welche Untersuchungen sollten durchgeführt werden?**

Unsere Praxis hat zwei Rheumatologen. Wir haben über 25 Jahre persönliche Erfahrungen mit unserem Schwerpunkt- und Spezialgebiet, der Rheumatologie. Wir haben ein sehr gutes Labor, das uns zuarbeitet, in Hamburg. Je besser das Labor, umso genauer ist die Diagnose. Röntgen und Ultraschalluntersuchung führen wir durch. Durch spezielle digitale Aufbereitung der Röntgenbilder können wir sehr gut Frühzeichen der Arthritis erkennen.

## **Welche Behandlungsformen gibt es?**

Wir verfügen über das gesamte medikamentöse Spektrum, wir wenden Basistherapien an, zusammen mit dem internistischen Rheumatologen im Hause auch die modernsten/teuersten „Biologicals“, wobei deren Wirkung der internistische Kollege betreut. Wir können die Gelenke mit Spezial-Cortison spritzen, damit Schmerzen nehmen und abschwellend agieren. Die Knochendichtemessung bei der Rheuma-Osteoporose messen wir mit modernster DXA-Methode. Ambulant wie belegärztlich können wir rheumaorthopädische Eingriffe anbieten: arthroskopische Gelenkinnenhautentfernung (=Synovektomien), Sehnen-, Muskel- und Gelenkoperationen zur Wiederherstellung bestmöglicher Funktion, bis hin zu künstlichem Teil- oder Vollersatz von Gelenken (Hüften/Knie/Schultern). Wir bieten sämtliche Operationen an Händen und Füßen an, zur bestmöglichen Wiederherstellung deren Funktion. Dazu arbeiten wir nach Fussoperationen mit exzellenten orthopädischen Schuhmachermeistern und Bandagisten zusammen. Wir können für Arthritis/Rheumadiagnostik und Behandlung die Spanne von der Erstdiagnose bis zur Langzeittherapie sehr gut "abdecken".

---

Die Inhalte dieser Patienteninformation werden für den privaten Gebrauch bereitgestellt. Jegliche anderweitige Nutzung oder Weiterveröffentlichung ist ohne Zustimmung der Autoren untersagt.

© Orthopädisch-rheumatologische und chirurgisch-unfallchirurgische Gemeinschaftspraxis Elmshorn.  
Dr. Hansens, Dr. Herzog, Dr. Schwarke, Dr. Wolf, Dr. Grobe, Dr. Hilgert

Ihre Ärzte der  
orthopädisch-rheumatologischen und  
chirurgisch-unfallchirurgischen Gemeinschaftspraxis Elmshorn

Dres. Hansens, Herzog, Schwarke  
Schulstraße 50  
25335 Elmshorn  
Tel. 04121 – 22 0 11

Dres. Wolf, Grobe und Hilgert  
Hermann-Ehlers-Weg 4  
25337 Elmshorn  
Tel. 04121 – 26 23 790

[www.4orthopaeden2chirurgen.de](http://www.4orthopaeden2chirurgen.de)

---

Die Inhalte dieser Patienteninformation werden für den privaten Gebrauch bereitgestellt. Jegliche anderweitige Nutzung oder Weiterveröffentlichung ist ohne Zustimmung der Autoren untersagt.

© Orthopädisch-rheumatologische und chirurgisch-unfallchirurgische Gemeinschaftspraxis Elmshorn.  
Dr. Hansens, Dr. Herzog, Dr. Schwarke, Dr. Wolf, Dr. Grobe, Dr. Hilgert

[www.4orthopaeden2chirurgen.de](http://www.4orthopaeden2chirurgen.de)