



Fotos: stock.adobe.com/Axel Kock; narstudio; RFBSP

Das Therapieziel ist Beschwerdefreiheit und ein Stopp der Erkrankung statt bloße Symptomlinderung. Ohne Behandlung drohen rasch Deformierungen.

## Wenn gute Immunzellen „böse“ werden

Was haben rheumatoide Arthritis, Morbus Bechterew und Psoriasis-Arthritis gemeinsam? Sie zählen zu den sogenannten Autoimmunerkrankungen. Normalerweise schützt uns das Immunsystem vor Erregern von außen. „Immunzellen wissen, wie alle Zellen aussehen und wann sie diese bekämpfen müssen. Verlieren sie diese Fähigkeit, greifen sie fälschlicherweise körpereigene Strukturen an“, erklärt OA Dr. Maya Thun, Fachärztin für Innere Medizin mit Schwerpunkt Rheumatologie aus Wien, was bei Autoimmunerkrankungen passiert.

„Im Fall von Psoriasis-Arthritis werden so die Haut, Sehnen und Gelenke angegriffen. Bei Morbus Bechterew nehmen Gelenke v. a. im Bereich der Wirbelsäule Schaden. Liegt rheumatoide

Welche Therapie bei Rheuma zum Einsatz kommt und warum diese so wichtig ist

### Mein Medikament

UMGANG MIT ARZNEIMITTELN LEICHT GEMACHT

Arthritis vor, sind nicht nur Gelenke und Sehnen betroffen, sondern mitunter auch Organe wie Lunge und Augen“, berichtet die Fachärztin.

Greifen Immunzellen an und werden „böse“, kommt es immer zu einer Entzündungsreaktion, die – je nach Erkrankung – mit Schmerzen, geschwollenen Gelenken, juckender Haut, Einschränkungen der Beweglichkeit etc. einhergeht. Außerdem fühlen sich die Betroffenen erschöpft und

nicht gesund, weil ihr Körper ja gleichsam Krieg gegen sich selbst führt.

#### Wie sieht die richtige Behandlung aus?

Am wichtigsten ist es, so früh wie möglich einzugreifen. Neben Bewegung, richtiger Ernährung, physikalischer Therapie und Rauchstopp spielen v. a. Medikamente eine große Rolle: „Es kommen etwa Substanzen zum Einsatz, die Einfluss auf das Abwehrsystem haben, denn die Zellen sollen

sich nicht mehr bekriegen“, erklärt OA Dr. Thun bildhaft. „Diese sogenannten Immunmodulatoren gelten als Basistherapeutika, einzelne davon stammen ursprünglich aus der Krebstherapie. Sie werden bei rheumatischen Erkrankungen in minimaler Dosis einmal wöchentlich – entweder als Spritze unter die Haut oder in Tablettenform – angewendet, um das Immunsystem zu beruhigen.“

In den vergangenen Jahren haben Biologika die Behandlung verbessert. Diese biotechnologisch hergestellten Arzneien greifen direkt in den Entzündungsprozess ein und verhindern die weitere Gelenkzerstörung. „Sie blockieren spezielle Entzündungsbotsstoffe (Zytokine) bzw. hemmen bestimmte, an der Entzündung beteiligte Rezeptoren bzw. Zellen des

Immunsystems. Diese Substanzen kann man sich selbst spritzen“, so die Internistin. Auch „small molecules“ (zum Schlucken) enthalten Wirkstoffe, die in Entzündungsreaktionen eingreifen und die Zelle wieder ins Gleichgewicht bringen. Dazu zählen etwa Januskinase(JAK)-Inhibitoren. „Die Immunzellen hören dann nicht mehr zu, wenn eine ‚böse‘ Zelle nach Krieg schreit, sie wird gleichsam weniger sensibel auf Botenstoffe“, veranschaulicht die Ärztin. Das heutige Therapieziel ist daher Beschwerde-

freiheit und ein Stopp der Erkrankung statt bloße Symptomlinderung.

#### Ohne Behandlung wird das Gelenk kaputt

Wer Rheuma ohne Therapie „aussitzen“ möchte, hat schlechte Prognosen: „Dann kann das jeweilige Gelenk innerhalb weniger Monate zerstört werden. Bei rheumatoider Arthritis treten etwa Deformierungen auf. Im Fall von Morbus Bechterew kommt es zur fortschreitenden Versteifung der Wirbelsäule und mitunter entsteht ein Buckel.“

Mag. Monika Kotasek-Rissel



#### UNSERE EXPERTIN

OA Dr. Maya Thun,  
Fachärztin für Innere Medizin, Schwerpunkte  
Osteologie und Rheumatologie, Wien

## Haben Sie Rheuma? Reden Sie über Ihre Krankheit!

Austausch und gezielte Information  
reduzieren Unsicherheiten von Patienten

Betroffene mit rheumatischen Erkrankungen haben oft viele Fragen, das Gefühl, mit ihrem Leiden alleine zu sein und wissen sich nicht sicher aus dem gesellschaftlichen Leben zurück. Das beeinträchtigt insbesondere die generelle Lebensqualität.

Die Plattform „Leben mit Rheuma.at“ bietet Wissenswertes über verschiedene Therapien, aber ebenso

hilfreiche Tipps und Vorschläge rund um das Thema. Unter anderem können Patienten hier auch einen Selbsttest durchführen und herausfinden, wie stark bestehende rheumatische Beschwerden die eigene Lebensqualität beeinflussen. Ziel der Behandlung ist es, eine Remission, d. h. den Stillstand, oder eine minimale Kontrolle der Erkrankung zu erreichen.



Auf der Homepage erhält man auch Tipps für ein gutes Arzt-Patienten-Gespräch.

Weitere finden Betroffene auf dieser Website folgende Informationen rund um Rheuma:

- Rheuma-Selbsttest und Rückenschmerzen-Check
- Informationen zu Rheumatoider Arthritis, Morbus Bechterew (Ankyloisierende Spondylitis) und Psoriasis-Arthritis
- Experteninterviews zu Themen wie Schmerz, Remission und Krankheitskontrolle
- Wirkstoffe einfach erklärt: Wie Rheuma-Medikamente (Biologika und JAK-Inhibitoren) wirken
- Ernährungstipps und Rezepte zum Nachkochen
- Bewegungsübungen und Yoga zum Mitmachen
- „Rheuma-pitch“ für ein erfolgreiches Arzt-Patienten-Gespräch
- Möglichkeit zum Austausch unter dem Hashtag #Rheumacity und vieles mehr

#### TIPPS FÜR MEHR LEBENSQUALITÄT – VON BETROFFENEN FÜR BETROFFENE

Ebenso berichten Patienten von ihrem Leben mit der Erkrankung und zeigen, was ihnen ganz persönlich Kraft gibt, um ihre Ziele zu erreichen. Eine wichtige Botschaft der #Rheumacity: „Sprich über Rheuma“ – egal ob mit Ärzten, Therapeuten, Familie oder Freunden.

Weitere Infos auf [www.lebenmitrheuma.at](http://www.lebenmitrheuma.at)