

## Rheuma > Symptome und Behandlung

### Inhaltsverzeichnis [\[Verbergen\]](#)

- [1. Kurzinfo zur Krankheit](#)
- [2. Arzneimittelkosten](#)
- [3. Behandlung und Verhaltenstipps](#)
- [4. Medizinische Rehabilitation](#)
- [5. Rheuma- Pass](#)
- [6. Verwandte Links](#)

### 1. Kurzinfo zur Krankheit

Rheuma ist ein Sammelbegriff für einige Hundert Beschwerdeformen, die durch Entzündungen, Verschleiß und viele andere, zum Teil noch immer unbekannte Ursachen ausgelöst werden können.

Hauptsymptom ist der Schmerz. Da dieser aber zu wenig zur Unterscheidung bietet, wird die rheumatische Erkrankung nach anderen Merkmalen eingeteilt:

- **Entzündungsrheuma, z.B. Arthritis**

Immer wiederkehrende oder andauernde (chronische) Entzündungen eines oder mehrerer Gelenke.

**Symptome:** Schwellung eines oder mehrerer Gelenke ohne weitere erkennbare Merkmale. Schmerzen und/ oder Steifheit in Fingern, Händen, Füßen, Knien und Hüften. Hauptsächlich morgens und mindestens eine halbe Stunde.

- **Verschleißrheuma, z.B. Arthrose**

Abbau der schützenden Knorpelschicht über den Gelenkknochen, dadurch Schmerzen und Bewegungsbeeinträchtigung.

**Symptome:** Zu Beginn der Bewegung schmerzt z.B. das Knie oder das Fußgelenk oder fühlt sich steif an (Anlaufschmerz), nach kurzer Zeit setzt Besserung ein. Wetterfühligkeit!

- **Weichteilrheuma, z.B. Kollagenosen oder Fibromyalgie**

Unerträgliche Schmerzen im Muskel- und Bindegewebe des gesamten Körpers. Häufig begleitet von Erschöpfungszuständen und Depressionen.

**Symptome:** Diffuser bis stechender Schmerz in den sogenannten Weichteilen (Muskeln und Bindegewebe). Die Schmerzen können in unterschiedlichen Körperregionen auftreten und unterschiedlich stark sein.

- **Stoffwechselstörungen, z.B. Gicht**

Kristallablagerungen meist in Gelenken durch zuviel Harnsäure im Körper, dadurch Schmerzen und Bewegungsbeeinträchtigung.

**Symptome:** Meist ein entzündetes Gelenk, häufig Großzehegrundgelenk. Typisch! Symptomatik entsteht über Nacht und häufig nach intensivem Alkoholkonsum.

Rheumatische Erkrankungen sind weit verbreitet. Allein in Deutschland leiden mehr als vier Millionen Menschen unter Rheuma, von Kleinkindern bis zu älteren Menschen sind alle Altersstufen betroffen.

## 2. Arzneimittelkosten

---

Eine rheumatische Erkrankung hat in der Regel eine langfristige medikamentöse Therapie zur Folge, mit entsprechenden finanziellen Belastungen für die Patienten, weil sie Zuzahlungen (Rezeptgebühr) leisten müssen. Manche Arzneimittel können von der Zuzahlung befreit sein.

- Eine Liste der zuzahlungsbefreiten Medikamente finden Sie unter [www.gkv.info](#) oder unter [www.meine-gesundheit.de](#).
- Näheres unter [Arznei- und Verbandmittel](#).
- Mehr zur [Zuzahlungsbefreiung für Chronisch Kranke](#).

## 3. Behandlung und Verhaltenstipps

---

"Du musst Deine Krankheit annehmen", hören Betroffene immer wieder, doch Schmerzen, ständige Beeinträchtigungen im täglichen Leben und das Gefühl, nicht ernst genommen zu werden, machen dies schwer. Neben der medizinischen Betreuung und Therapie können folgende Möglichkeiten das Leben mit der Erkrankung einfacher machen:

- **Selbsthilfegruppen**  
bieten Austausch mit anderen Betroffenen, Einholen von Ratschlägen, Wissenswertes über Rheuma, gemeinsame Aktivitäten. In Selbsthilfegruppen machen sich Patienten zu Experten ihrer eigenen Erkrankung und sind damit meist besser in der Lage, aktiv mit ihrem Rheuma umzugehen. Adressen zu den verschiedenen rheumatischen Erkrankungen finden Sie in der [betanet- Rubrik Adressen mit dem Suchwort "Rheuma"](#).
- **Psychotherapie**  
Kann neben der medikamentösen Therapie wirksam unterstützen, wenn eine seelische Belastung im Zusammenhang mit der Erkrankung steht. Zu Kosten und Therapiearten mehr unter [Psychotherapie](#).
- **Beratung**  
Wenn die seelische Belastung durch ein äußeres Problem verursacht wird, können entsprechende Beratungsstellen unterstützend helfen, z.B. Konflikt-, Ehe-, Erziehungs- oder Schuldnerberatung.
- **Ergotherapie**  
kann dabei helfen, schwierig oder unmöglich gewordene Bewegungsabläufe durch Übung oder mit Unterstützung von Hilfsmitteln zu vereinfachen oder wiederzuerlernen. Details zu Kosten und Verordnung unter [Heilmittel](#).
- **Gymnastik**  
Ein wichtiger Teil der Rheumabehandlung ist die Krankengymnastik. Es genügt aber nicht, gelegentlich zur Therapie zu gehen, sondern auch zu Hause sollte regelmäßige Bewegung erfolgen. Patienten sollten sie sich vom Therapeuten zeigen lassen, welche Übungen selbst durchgeführt werden können, oder sich speziellen Sportgruppen anschließen. Adressen erfahren Sie über örtliche Selbsthilfegruppen, Volkshochschulen oder Krankenkassen. Mehr auch unter [Rheuma > Bewegung und Sport](#).
- **Entspannungstechniken**  
Können in Schmerzsituationen zu einem angenehmeren Körpergefühl verhelfen.

#### • **Patientenschulung**

Für Betroffene ist es wichtig, über das Krankheitsbild und die verschiedenen Therapiemöglichkeiten gut informiert zu sein, weil sie dann die Zusammenhänge besser verstehen und besser motiviert sind, die langfristigen Behandlungskonzepte durchzuhalten.

Patientenschulungskurse vermitteln Basisinformationen über die Erkrankung und die wichtigsten Behandlungsmöglichkeiten sowie praktische Anleitungen zum Bewältigen des Alltags. Die Kurse werden von Rheumakliniken, Arztpraxen und der [Deutschen Rheuma-Liga](#) angeboten.

#### • **Fremdsprachige Merkblätter**

Fast ein Fünftel der Menschen in Deutschland haben inzwischen einen Migrationshintergrund. Sprachliche Barrieren können Krankheitsverständnis und Therapie erschweren. Deshalb hat die Rheuma-Liga Merkblätter mit Informationen über Rheuma in Englisch, Türkisch und Russisch herausgebracht. Diese können Sie unter [www.rheuma-liga.de > Publikationen > fremdsprachige Merkblätter](#) herunterladen.

---

### **4. Medizinische Rehabilitation**

Bei Rheuma können medizinische Reha- Leistungen Teil des Behandlungskonzepts sein. Die nachfolgenden Links führen zu den sozialrechtlichen Bestimmungen rund um Medizinische Reha, die bei Rheuma infrage kommen können:

- Allgemeine Leistungen der [medizinischen Rehabilitation](#)
- [Vorsorgeleistungen und Vorsorgekuren](#)
- [Anschlussheilbehandlung](#) (AHB) an den Akutklinik- Aufenthalt
- [Ambulante medizinische Rehabilitation](#)
- [Stationäre medizinische Rehabilitation](#) (Kur)
- [Stufenweise Wiedereingliederung](#)
- [Medizinische Rehabilitation für Mütter und Väter](#) (Mutter- Kind- Kur)
- [Kinderheilbehandlungen](#)
- [Geriatrische Rehabilitation](#)
- [Begleitperson](#) bei stationärer Rehabilitation
- Patientenschulungen als [ergänzende Leistungen zur Reha](#)
- [Reha- Sport- und Funktionstraining](#)

---

### **5. Rheuma- Pass**

Die Deutsche Rheuma-Liga hat einen Rheuma- Pass herausgegeben, in den Betroffene alle Informationen zu Erkrankung und Behandlung eintragen können: Patientendaten, Basistherapie, Medikamente, Laborbefunde, Injektionen, Operationen, Reha- Maßnahmen und Nachsorgeempfehlungen. Die 24- seitige Broschüre können Sie unter [www.rheuma-liga.de > Publikationen > Leben mit Rheuma](#) herunterladen oder direkt [hier](#).

---

### **6. Verwandte Links**

[Rheuma](#)

[Rheuma > Bewegung und Sport](#)

[Rheuma > Ernährung](#)

[Rheuma > Familie](#)

[Rheuma > Pflege](#)

[Rheuma > Schwerbehinderung](#)

[Chronische Schmerzen](#)

**Letzte Aktualisierung am 02.06.2009    Redakteur/ in: Manfred Hägele**

---

© 2009 [beta Institut](#) gemeinnützige GmbH | [Kontakt](#) | [Impressum](#)