Rheuma > Beruf

Das Wichtigste in Kürze

Rheuma kann Menschen jeden Alters treffen. Nach Angaben der Deutschen Rheuma-Liga leiden 17 Millionen Menschen an Rheuma bzw. an rheumatischen und muskuloskelettalen Erkrankungen. Viele Menschen mit Rheuma sind auch mit der Erkrankung berufstätig. Trotz gesundheitlicher Einschränkungen arbeiten sie in den unterschiedlichsten Berufsfeldern, z.B. Verwaltung, Handwerk oder Gesundheitswesen. Eine Herausforderung für berufstätige Menschen mit Rheuma ist oft, die gesundheitlichen Einschränkungen mit den Anforderungen des Arbeitsplatzes in Einklang zu bringen. Es ist wichtig, Überforderungen zu vermeiden und die Arbeitsbedingungen so zu gestalten, dass eine langfristige Erwerbstätigkeit möglich ist.

Arbeitsplatz

Grundsätzlich sind die meisten Berufe für Menschen mit Rheuma geeignet. Allerdings sollten Menschen, die unter Muskel- und Gelenkserkrankungen leiden, Berufe mit schweren körperlichen Belastungen meiden. Tätigkeiten im Freien, in der Kälte oder Nässe sind ebenfalls eher ungeeignet. Solche Bedingungen können Rheumaschübe begünstigen und Gelenkschmerzen verstärken.

Günstig ist eine abwechslungsreiche Tätigkeit mit einem Wechsel zwischen Stehen, Sitzen und Gehen.

Um die Berufstätigkeit für Menschen mit Rheuma zu erleichtern, kann der Arbeitsplatz technisch angepasst werden. So können z.B. bei einer Bürotätigkeit körperliche Einschränkungen durch einen ergonomisch gestalteten Arbeitsplatz ausgeglichen werden. Dazu zählen verstellbare Stühle und Arbeitstische, ergonomische PC-Tastaturen und PC-Mäuse oder Stehpulte.

Für Arbeitsplatzausrüstung und technische Arbeitshilfen kann ein Zuschuss im Rahmen der Leistungen zur beruflichen Reha beim zuständigen Reha-Träger beantragt werden. Die Kosten können von verschiedenen Trägern übernommen werden: Rentenversicherungsträger, Unfallversicherungsträger, Agentur für Arbeit oder Integrationsamt. Informationen, welcher Träger im Einzelfall zuständig ist, sowie weitergehende Beratung zu Reha-Leistungen bietet die unabhängige Teilhabeberatung.

Praxistipp

Nähere Informationen sowie Ratgeberbroschüren zum Thema Beruf und Rheuma bietet die Deutsche Rheuma-Liga kostenlos unter www.rheuma-liga.de > Alltag mit Rheuma > Beruf.

Welche Berufe eignen sich bei Rheuma?

Bei der Berufswahl sollten die Eignung, die Fähigkeiten und die Interessen die Hauptrolle spielen. Junge Menschen mit Rheuma sollten sich rechtzeitig über die Berufswahl Gedanken machen.

Ist die Berufswahl aufgrund eines problematischen Krankheitsverlaufs sehr schwierig, sollten eine Eignungsabklärung und Arbeitserprobung bzw. ein Förderlehrgang als berufsvorbereitende Maßnahme in einem Berufsbildungswerk in Betracht gezogen werden. Ansprechpersonen bietet in erster Linie die Rehaberatung der Agentur für Arbeit. Jugendliche müssen einen Reha-Antrag bei der Reha-Abteilung der Arbeitsagentur stellen, um an einer entsprechenden Maßnahme teilnehmen zu können.

Arbeitsunfähigkeit, Krankengeld, Wiedereingliederung

Schweres Rheuma kann zu wiederholter oder längerer Arbeitsunfähigkeit führen. Nachfolgend Links zu allgemeinen Informationen über Arbeitsunfähigkeit, Krankengeld und Wiedereingliederung in den Beruf:

- Arbeitsunfähigkeit
- Entgeltfortzahlung
- Krankengeld
- Stufenweise Wiedereingliederung ins Arbeitsleben
- Arbeitslosengeld > Nahtlosigkeit

Welche Hilfen im Beruf gibt es?

Wenn die Symptome der rheumatischen Erkrankung so schwer sind, dass sie die Berufstätigkeit gefährden oder der bisherige Beruf nicht mehr ausgeübt werden kann, gibt es verschiedene Schutz-, Hilfs- und Fördermöglichkeiten. Nachfolgend eine Linkliste zu sozialrechtlichen Leistungen, die bei Rheuma relevant werden können:

- Überblick zu Hilfen und Nachteilsausgleichen im Beruf: Behinderung > Berufsleben, z.B. Kündigungsschutz, Zusatzurlaub und Gleichstellung mit einem Menschen mit Schwerbehinderung, um einen Arbeitsplatz zu erlangen oder zu erhalten

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

- Berufliche Reha > Leistungen
- Arbeitstherapie und Belastungserprobung für die Wiedereingliederung ins Arbeitsleben
- Eignungsabklärung und Arbeitserprobung für die Wiedereingliederung ins Arbeitsleben
- Übergangsgeld während Reha- und beruflichen Förder-Maßnahmen
- Übernahme der Kosten für Weiterbildung und berufliche Reha
- Integrationsfachdienst
- Kraftfahrzeughilfe für Menschen mit Behinderungen

Renten

Falls Berufstätige aufgrund ihrer Erkrankung oder Schwerbehinderung nicht mehr erwerbstätig sein können, kommen 2 Rentenarten in Frage:

- Erwerbsminderungsrente
- Altersrente für schwerbehinderte Menschen

Wenn genügend rentenversicherte Zeiten auf dem Rentenkonto sind, ist auch eine vorgezogene Rente möglicherweise hilfreich, um mehr Lebensqualität zu erreichen:

- Altersrente für langjährig Versicherte: ab 63 Jahren möglich, immer mit Abschlägen verbunden.
- Altersrente für besonders langjährig Versicherte: erfordert 45 Versicherungsjahre, keine Abschläge.
- Teilrente: teilweiser Bezug einer Altersrente.

Wer hilft weiter?

Die Rheuma-Liga ist ein bundesweites Netzwerk von Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen für Menschen mit Rheuma und anderen chronischen Erkrankungen. Die Adressen der 16 Landesverbände und der drei Mitgliedsverbände für die Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises: Lupus Erythematodes, Morbus Bechterew und Sklerodermie finden Sie bei der Rheuma-Liga unter www.rheuma-liga.de > Über uns > Landesverbände / Mitgliedsverbände.

Verwandte Links

Rheuma

Rheuma > Familie

Rheuma > Schwerbehinderung

Rheuma > Urlaub

Rehabilitation

Behinderung

Chronische Schmerzen

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg