

Statement

Prof. Dr. Jürgen Braun, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Rheumatologie:

„Stärkung des Immunsystems und Schmerzbewältigung bei entzündlich-rheumatischen Erkrankungen – was Therapeuten und Patienten tun können“

Bei den entzündlich-rheumatischen Erkrankungen liegen häufig immunpathologische Phänomene vor – die bekanntesten Beispiele sind die Rheumafaktoren, hierbei werden Antikörper gegen körpereigene Immunglobuline gebildet. Betroffen sind vor allem Patienten mit Rheumatoider Arthritis, einer häufigen Volkskrankheit, die mit entzündungsbedingten Gelenkschwellungen einhergeht. Bei diesen, aber auch bei anderen Patienten mit rheumatologischen Systemerkrankungen gibt es auch recht häufig Antikörper gegen Zellkernbestandteile, wie die antinukleären Antikörper (ANA) und die anticytoplasmatischen Antikörper (ANCA). Hier liegen also Irritationen und Störungen des Immunsystems vor, die zu dem Phänomen der Autoaggression führen – d. h. das Immunsystem greift körpereigene Strukturen, Zellen und Organe an. All diese Krankheiten wie systemischer Lupus und Vaskulitiden müssen deshalb immunsuppressiv mit entsprechenden Medikamenten behandelt werden.

Außer einer regelmäßigen gesunden Ernährung mit viel Obst und Gemüse gibt es in der Medizin sonst keine gesicherten Möglichkeiten, das Immunsystem zu stärken – dies ist aber grundsätzlich durch Impfungen möglich. Impfungen sind eine großartige Errungenschaft der Medizin, durch Impfungen wurden schon sehr viele Menschen vor zum Teil lebensbedrohlichen Infektionen bewahrt. In der Rheumatologie spielen Impfungen eine zunehmend große Rolle, weil wir unsere Patienten vor Infektionen schützen wollen – z. B. weil sie immunsuppressiv behandelt werden müssen oder weil die Grunderkrankung oder eine Komorbidität mit einem erhöhten Infektionsrisiko einhergeht. Da es einige rheumatologische Medikamente gibt, die die Impfantwort abschwächen können, ist es oft nötig, schon gleich zu Beginn einer rheumatischen Erkrankung einen umfassenden Impfschutz nach den Empfehlungen der STIKO bei und mit den Patienten herzustellen.

Grundsätzlich ist es für alle Menschen und insbesondere für viele Rheumapatienten wichtig, sich durch regelmäßige körperliche Ertüchtigung und Sport fit zu halten. Hier gilt, nicht zuletzt auch mit dem Hinweis auf unsere derzeitige demographische Entwicklung, ganz eindeutig: Wer rastet, der rostet. Gerade bei Patienten mit muskuloskelettalen Erkrankungen, seien sie nun mehr entzündlich oder mehr degenerativ bedingt, ist die Erhaltung und Stärkung der Muskelkraft von besonderer Bedeutung. Bei Patienten mit Morbus Bechterew, einer häufigen Erkrankung, die vorwiegend das Achsenskelett befällt und mit zum Teil erheblicher Versteifung einhergeht, – mit der ich mich persönlich wissenschaftlich schon sehr lange beschäftige – gilt die regelmäßige Bewegungs-, Übungs- und Physiotherapie als essentieller Baustein der rheumatologischen Therapie. Eine gute Beweglichkeit und Funktion ist für unsere Rheumapatienten eine wesentliche Voraussetzung für eine Erhaltung und Verbesserung ihrer durch die rheumatischen Erkrankungen ja vielfach eingeschränkten Lebensqualität.