



---

# Mit Morbus Bechterew gut leben

---



---

# Inhaltsverzeichnis

---

---

Was ist Morbus Bechterew?	4
Mit Morbus Bechterew gut leben	10
Meine Behandlungsmöglichkeiten	11
Sport und Bewegung	14
Erleichterungen im beruflichen Alltag	15
Im Alltag	16
Rauchen	18
Schwangerschaft und Stillzeit	19
Fragen an Ihren Arzt	20
Nützliche Adressen	22
Wörterverzeichnis	26

---

Im Wörterverzeichnis finden Sie wichtige medizinische Fachbegriffe im Zusammenhang mit **Morbus Bechterew**. Im Text sind diese fett gedruckt.

---

## Liebe Patientinnen, liebe Patienten,

---

Ihr Arzt hat Ihnen diese Broschüre ausgehändigt, weil er bei Ihnen die Diagnose „**Morbus Bechterew**“ gestellt hat.

Wir möchten Sie mit dieser Broschüre über die Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten dieser Erkrankung informieren. Außerdem geben wir Ihnen Tipps an die Hand, wie Sie selbst mit einigen Dingen den Therapieerfolg unterstützen und Ihre Lebensqualität positiv beeinflussen können.

Denn auch wenn **Morbus Bechterew** Sie Ihr Leben lang begleiten wird, sollten Sie Ihr Leben nicht von der Krankheit bestimmen lassen! Mit der passenden Therapie und dem entsprechenden Lebensstil können Ihre Symptome so weit reduziert werden, dass Sie gut mit Ihrer Erkrankung leben und sie in Ihren beruflichen und privaten Alltag integrieren können.

Zögern Sie auch nicht, weitere Fragen zum Krankheitsbild und den Therapieoptionen mit Ihrem behandelnden Arzt zu besprechen.

Wir wünschen Ihnen alles Gute!

**Ihr Hexal-Team**

---

# Was ist Morbus Bechterew?

---

Der **Morbus Bechterew**, auch ankylosierende Spondylitis oder kurz AS genannt, ist die häufigste Unterform der **Spondyloarthritis**. Unter diesem Begriff werden verschiedene entzündlich-rheumatische Erkrankungen zusammengefasst, bei denen es zu **chronischen** Entzündungen vor allem im Bereich der Wirbelsäule kommt. **Chronisch** bedeutet, im Gegensatz zu einer **akuten** Krankheit, dass es sich um eine lang andauernde Erkrankung handelt. Diese ist oft nicht heilbar, allerdings kann die Entzündung durch Behandlung reduziert oder sogar inaktiviert werden.

**Morbus Bechterew** ist eine chronisch-entzündlich rheumatische Erkrankung, die zu den Autoimmunerkrankungen zählt. Bei diesen greifen die Abwehrzellen unseres Immunsystems körpereigene Strukturen an und lösen eine Entzündungsreaktion an den Gelenken aus.

**Morbus Bechterew** ist eine Erkrankung des Achsenskeletts und hat einen chronischen Verlauf. Befallen sind die Knochen, die den Rumpf und den Kopf ausbilden: der Schädel, die Wirbelsäule und der Brustkorb mit den Rippen. Im Verlauf der Krankheit treten entzündliche Prozesse auf und führen zu Verknöcherungen von Gelenken der Wirbelsäule, die in der Folge versteifen. Hauptsächlich betroffen sind die unteren Abschnitte der Wirbelsäule. Hierzu zählen das Kreuzbein mit seinen Verbindungen zum Becken, wo sich das Kreuzdarmbeingelenk befindet, das auch als **Iliosakralgelenk** bezeichnet wird, sowie der Bereich der Lendenwirbelsäule. Auch die oberen Bereiche der Wirbelsäule wie die Brust- und Halswirbelsäule können betroffen sein. Darüber hinaus können auch andere Bereiche des Skeletts wie das Kniegelenk oder Sehnenansatzpunkte wie die Achillessehne Entzündungen aufweisen.

Bei bis zu der Hälfte aller Betroffenen tritt der **Morbus Bechterew** in Kombination mit Müdigkeit, einer **Schuppenflechte** (Psoriasis), einer Entzündung der Regenbogenhaut des Auges (**Uveitis**) und/oder einer chronisch-entzündlichen Darmerkrankung (z. B. **Morbus Crohn** oder **Colitis ulcerosa**) auf.

## Wer ist betroffen?

Etwa

**0,5%**

aller Erwachsenen  
sind in Mitteleuropa an  
Morbus Bechterew erkrankt.



In Deutschland sind etwa

**340.000**

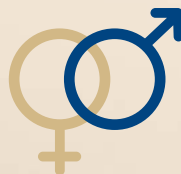
Menschen von Morbus  
Bechterew betroffen.

Morbus Bechterew  
tritt meist erstmals  
zwischen dem

**20. und 40.  
Lebensjahr auf**



Männer sind mit 61,5 % häufiger betroffen als Frauen, die nur einen Anteil von 38,5 % der Betroffenen ausmachen. Da Morbus Bechterew bei Frauen langsamer verläuft, wird er seltener oder später erkannt.



## Wie äußert sich der Morbus Bechterew?

Der **Morbus Bechterew** beginnt meist mit Schmerzen an der Wirbelsäule, die als sogenannter entzündlicher Rückenschmerz bezeichnet werden. Häufig tritt der Schmerz zunächst an den Kreuzdarmbeingelenken und dann im unteren Lendenwirbelbereich auf. An den Kreuzdarmbeingelenken kann er auch als Gesäßschmerz empfunden werden. Der Rückenschmerz tritt vor allem nach längeren Ruhezeiten, das heißt zum Beispiel nachts oder morgens nach dem Schlafen, auf.

Im weiteren Verlauf der Erkrankung treten die Rückenschmerzen dann auch im oberen Abschnitt der Lendenwirbel, an der Brustwirbelsäule und auch an der Halswirbelsäule auf.



Im Verlauf der Erkrankung können durch die bestehende Entzündung in den Gelenken bestimmte Zellen (**Osteoblasten**) aktiviert werden, die für den Aufbau von Knochenmaterial zuständig sind. Sie lösen die Bildung von neuem Knochengewebe zwischen den einzelnen Wirbeln aus. In der Folge können diese sogenannten Verknöcherungen zu einer Steifheit der Wirbelsäule, Fehlhaltungen und damit zu schmerzhaften Muskelverspannungen führen. Bewegungen, wie zum Beispiel Bücken oder das Drehen des Kopfes, können erschwert sein. Typisch für den **Morbus Bechterew** ist eine mehr oder weniger nach vorn gebeugte Körperhaltung (**Kyphose**, „Buckel“) und eine Starre des Brustkorbs, die das Atemvolumen einschränkt. In diesem Zuge kann es auch zu einer Fehlstellung des Beckens kommen. Verknöcherungen der Wirbelsäule können zudem das Risiko für Wirbelbrüche erhöhen.

Charakteristisch für einen **Morbus Bechterew** sind auch Entzündungen an den Ansatzstellen der Sehnen (**Enthesitis**), die zum Beispiel bei Entzündung der Achillessehne zu Schmerzen an der Ferse führen können. Manche Betroffene entwickeln auch eine Gelenkentzündung eines ganzen Fingers oder Zehs, die als **Daktylitis** oder – aufgrund der entstehenden Schwellung – auch als „Wurstfinger“ oder „Wurstzeh“ bezeichnet wird. Außerdem nimmt bei den meisten Betroffenen die Knochendichte ab (**Osteopenie**), wodurch es zum Knochenschwund (**Osteoporose**) kommen kann. Durch diesen Befall der Knochen kann es zu einem erhöhten Risiko für Knochenbrüche kommen.

Bei schweren Verläufen des **Morbus Bechterew** kann die Entzündung auf andere Organe übergehen. In der Folge kann es zu Begleiterkrankungen wie einer chronisch-entzündlichen Darmerkrankung (z. B. **Morbus Crohn** oder **Colitis ulcerosa**), Regenbogenhautentzündung des Auges (**Uveitis**) oder Schuppenflechte (**Psoriasis**) kommen. In diesen Fällen treten zusätzlich die charakteristischen Symptome dieser Erkrankungen auf.

## Was sind die Ursachen?

Wie es zu der Fehlregulation des Immunsystems beim **Morbus Bechterew** kommt, ist noch nicht vollständig geklärt. Allerdings weisen bis zu 95% der Erkrankten ein bestimmtes genetisches Merkmal, das **HLA-B27**, in ihren Zellen auf. Dieses Gen ist dafür verantwortlich, dass die weißen Blutzellen (**Leukozyten**) auf ihrer Oberfläche ein bestimmtes Eiweiß tragen, welches eine Rolle bei der Steuerung des Immunsystems spielt. Daher könnte ein Zusammenhang zwischen dem Vorhandensein dieses Gens und der beim **Morbus Bechterew** vorhandenen Fehlregulation des Immunsystems bestehen. Allerdings gibt es auch viele Menschen, die **HLA-B27-positiv** sind und nicht an **Morbus Bechterew** erkranken.





Experten vermuten deshalb, dass dieses Merkmal vielleicht nicht für die Entstehung der Erkrankung selbst, aber für eine erhöhte Veranlagung für die Entstehung verantwortlich ist. Außerdem könnten bestimmte Infektionen ein Auslöser der Erkrankung sein. Neben Zellen des Immunsystems (**Fresszellen, T- und B-Zellen**) sind entzündungsfördernde Botenstoffe, die sogenannten **Zytokine**, an der Entstehung der Entzündung entscheidend beteiligt. Ein wichtiges **Zytokin** ist zum Beispiel der **Tumornekrosefaktor-alpha**, kurz **TNF- $\alpha$** . Die Entdeckung dieses Zusammenhangs hat dazu geführt, dass neue Therapien entwickelt werden konnten, die gezielt auf diese entzündungsfördernden Stoffe abzielen.

#### Gut zu Wissen

Der entzündliche Rückenschmerz unterscheidet sich vom mechanischen Rückenschmerz, der zum Beispiel aufgrund von muskulären Verspannungen oder Überbelastung auftritt. Entzündlichen Rückenschmerz erkennt man daran, dass er sich über Nacht verschlechtert und Betroffene häufig in der zweiten Nachthälfte vor Schmerzen aufwachen. Aufstehen und Umhergehen verringert den Schmerz.



---

## Mit Morbus Bechterew gut leben

---

Beim **Morbus Bechterew** handelt es sich um eine **chronische** Erkrankung. Der Verlauf kann allerdings bei jedem einzelnen Betroffenen sehr unterschiedlich sein. Bei einem Teil der Betroffenen schreitet die Erkrankung kontinuierlich voran. Bei anderen ist der Verlauf schubförmig, das heißt Krankheitsphasen wechseln sich mit Episoden ab, in denen die Beschwerden abklingen oder sogar ganz verschwinden können. Bei manchen Betroffenen verläuft die Erkrankung mild, ohne dass ausgeprägte Beschwerden auftreten oder es zu Bewegungseinschränkungen kommt. Durch eine frühzeitige, geeignete Behandlung können spätere Einschränkungen der Beweglichkeit verhindert oder zumindest aufgehalten werden.

Unbehandelt kann die Entzündung der Wirbelsäule allerdings zu einer starken Verringerung beziehungsweise zu einem Verlust der Beweglichkeit führen. Dies und die weiteren allgemeinen Beschwerden können Ihre Lebensqualität und das soziale Leben deutlich einschränken. Daher ist es wichtig, möglichst frühzeitig eine Therapie der Erkrankung zu beginnen.

Je nach Krankheitsverlauf und Schwere der Erkrankung kann Ihr Arzt verschiedene Behandlungsmethoden miteinander kombinieren. Gleichzeitig können auch Sie selbst durch einfache Dinge in Ihrem Alltag den Therapieerfolg unterstützen und Ihre Lebensqualität erhalten.

---

### Gut zu Wissen

---

Ziel der Therapie ist die Reduzierung der Schmerzen und der fortschreitenden Gelenksteifigkeit durch Verknöcherung sowie der Erhalt der körperlichen Funktionsfähigkeit und damit auch Ihrer Lebensqualität.

## Meine Behandlungsmöglichkeiten

### Nicht-medikamentöse Therapie:

- Physiotherapie (Krankengymnastik) und Bewegungstherapie: Verschiedene Übungen sollen die Beweglichkeit erhalten, Schmerzen reduzieren, die Haltung und Koordination verbessern und Stürzen vorbeugen.
- Physikalische Therapie, wie z. B. Wärmetherapie, soll Schmerzen lindern
- Ergotherapie: Einüben von gelenkentlastenden Bewegungen

### Medikamentöse Therapie:

- **Nicht-steroidale Antirheumatika (NSAR):** Schmerzmittel, die zusätzlich Entzündungen hemmen können
- Basismedikamente (**konventionelle synthetische Disease Modifying Anti-Rheumatic Drugs [csDMARDs]**)
- Bei unzureichendem Ansprechen oder Unverträglichkeit Umstellung auf **Biologika/Biosimilars**
- **Biologika/Biosimilars** sind biotechnologisch hergestellte Arzneimittel, (auch biologische **DMARDs**). Es gibt darunter verschiedene Wirkstoffklassen, die, genau wie die konventionellen, synthetisch hergestellten **DMARDs**, eine Überreaktion des Immunsystems verringern. Sie greifen in einen der verschiedenen Abläufe der körpereigenen Immunantwort ein und können so eine Entzündung reduzieren.

### Psychotherapie:

- Bewältigung psychologischer Probleme, die durch die Erkrankung und den **chronischen** Schmerz auftreten

### Sozialmedizinische Maßnahmen:

- Rehabilitationsmaßnahmen: z. B. regelmäßige Gymnastik für Morbus Bechterew-Patienten

### Operation (nur bei schweren Verläufen und wenn andere Maßnahmen keinen Erfolg zeigen):

- Ersatz eines Hüftgelenks (**Total-Endoprothese**) bei Schädigung des Hüftgelenks
- Stabilisierung bei Wirbelbrüchen
- Aufrichtungsoperation bei **Morbus Bechterew**-Erkrankten, die nicht mehr nach vorne schauen können

---

Mit Morbus Bechterew zurück ins Leben.  
Mit voller Kraft voraus.

---

» Mein nächstes Ziel: Von der Schweiz bis zurück nach Berlin. Den Weg habe ich bereits gefunden: meinen eigenen.«

– Andreas, Jahrgang: 1980



Mehr über Andreas sowie viele wertvolle Ratschläge für den Umgang mit der Krankheit im Alltag erfahren Sie unter [www.hexal.de/patienten/feelinx](http://www.hexal.de/patienten/feelinx)



## Sport und Bewegung

Sport kann nachweislich einige positive Auswirkungen auf **Morbus Bechterew** haben. Deshalb ist es wichtig, dass Sie sich begleitend zu Ihrer medikamentösen Therapie regelmäßig und ausreichend bewegen. Ziel der körperlichen Aktivität ist es, Ihre Muskulatur aufrechtzuerhalten oder zu stärken, um Ihre Haltung zu stabilisieren oder sogar zu verbessern. Gleichzeitig können Sie Ihre Kondition steigern, den Kreislauf verbessern und Ihre Atemkapazität erhöhen. Welche Sportarten für Sie besonders geeignet sind, hängt vom Stadium der Erkrankung und Ihren individuellen Beschwerden ab.

### Empfehlenswerte Sportarten sind:

- Schwimmen
- Skilanglauf
- Wandern/Walking
- Radfahren
- Gymnastik
- Volleyball

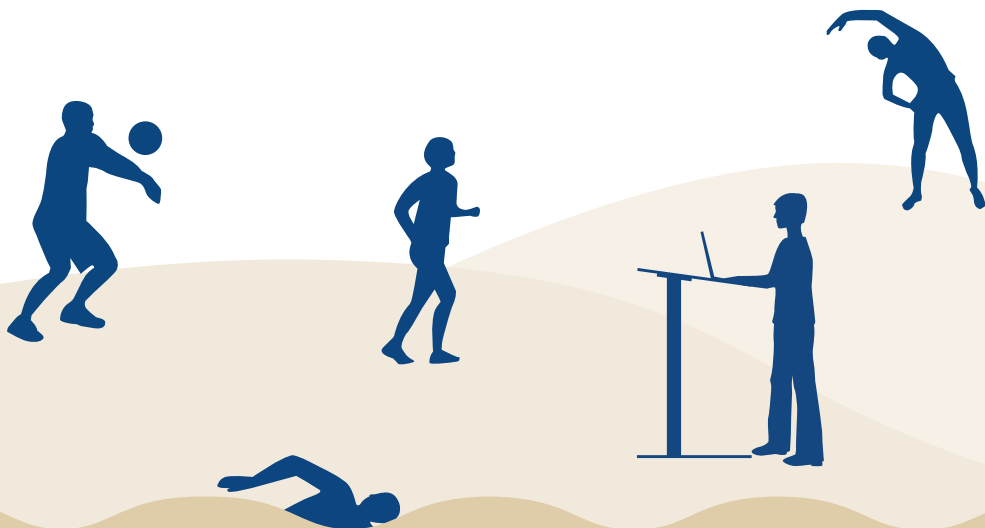
Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, bevor Sie eine neue Sportart beginnen. Er kann mit Ihnen zusammen beurteilen, ob diese für Sie geeignet ist. Achten Sie darauf (vor allem, wenn Sie vielleicht noch unter anderen Erkrankungen leiden), sich nicht zu überfordern und Ihre eigenen körperlichen Grenzen zu beachten. Auch die richtige Ausrüstung und umsichtiges Verhalten sind wichtig, um Unfälle zu vermeiden.



## Erleichterungen im beruflichen Alltag

In den meisten Fällen können Sie auch nach der Diagnose **Morbus Bechterew** Ihren Beruf weiterhin ausüben. Allerdings sollten Sie darauf achten, dass Ihre Arbeit körperlich nicht zu belastend ist und Sie nicht dauerhaft in gebückter oder gebeugter Haltung, sondern aufrecht arbeiten können. Ideal wäre eine Tätigkeit, bei der Sie abwechselnd stehen, sitzen und gehen können. Außerdem sollten Sie in einem trockenen, zugfreien Raum arbeiten können. Aufgrund der erhöhten Bruchgefahr bei Stürzen sollten Sie Tätigkeiten mit einer hohen Unfallgefahr vermeiden.

Wenn Sie einer sitzenden Tätigkeit nachgehen, sollten Sie darauf achten, dass Ihre Sitzhöhe korrekt eingestellt ist. Ist Ihre Hüftbeweglichkeit eingeschränkt, kann eine Anpassung Ihres Stuhls an diese Einschränkung helfen. Für eine aufrechte Haltung können auch eine schräge Tischplatte oder ein verstellbarer Pultaufsatz sorgen.



## Empfehlungen für den Alltag

**Morbus Bechterew** kann unterschiedlichste Ausprägungen aufweisen und bei jedem Patienten anders verlaufen. Allerdings können Sie den Krankheitsverlauf durch Umsetzen bestimmter Alltagstipps entscheidend selbst beeinflussen. Tragen Sie beispielsweise einen Rollkragenpullover oder einen Schal, sollten Sie feststellen, dass Ihr Nacken sehr zugempfindlich ist. Schuhe mit dicken, elastischen Sohlen können die Erschütterungen auf die Wirbelsäule beim Gehen abfedern und so verhindern, dass Sie eine Schonhaltung einnehmen. Orthopädisch ausgerichtete Schuhtechniker können auch jeden Ihrer Schuhe mit einem entsprechenden Absatz ausstatten.

Vor allem bei langen Autofahrten ist ein richtig ausgerichteter Autositz wichtig. Achten Sie darauf, den Sitz nicht zu niedrig einzustellen. Ist der Sitz zu weit nach hinten geneigt, kann ein vorne dünnerer und hinten dickerer Sitzkeil für eine aufrechtere Sitzposition sorgen. Kopfstützen sollten sich auf der richtigen Höhe befinden und bei normaler Sitzhaltung nicht weit vom Kopf entfernt sein. Sie sind vor allem bei einer stark versteiften Wirbelsäule unerlässlich, um bei einem Unfall einen Halswirbelbruch zu verhindern.

### Gut zu Wissen

Wenn die Beweglichkeit Ihrer Wirbelsäule stark eingeschränkt ist, kann ein Schulterblick nur schwer möglich sein. Dann sollten Sie in Ihrem Auto geeignete Spiegel anbringen, um Ihr Blickfeld zu erweitern und um sich und andere nicht in Gefahr zu begeben.



[www.hexal.de/patienten/feelinx](http://www.hexal.de/patienten/feelinx)

Weitere  
Ideen für den  
täglichen Umgang  
mit Ihrer Erkrankung  
finden Sie hier:



## Ihr optimales Bett und Ihre optimale Liegeposition

- Achten Sie auf eine feste Matratze.
- Wählen Sie die richtige Form für Ihr Kopfkissen (Ihr Kopf sollte gerade liegen; vermeiden Sie zu viele oder zu große Kissen).
- Liegen Sie möglichst wenig in der Seitenlage; drehen Sie sich jede Nacht einige Zeit auf den Bauch.
- Bei Entzündungen anderer Gelenke als der Wirbelsäule: Lagern Sie diese in einer funktionsgerechten Haltung, z. B. das Kniegelenk gestreckt oder das Sprunggelenk rechtwinklig gebeugt.
- Liegen Sie nicht mit überkreuzten Beinen, wenn Hüft-, Knie- oder Sprunggelenke betroffen sind.



## Rauchen

Rauchen kann zu einem schnelleren Fortschreiten der knöchernen Versteifung der Wirbelsäule bei **Morbus Bechterew** führen. Im Vergleich zu Nichtrauchern zeigte sich für rauchende Erkrankte:

- Früheres Auftreten von Krankheitsanzeichen
- Stärkere Schmerzen
- Raschere Versteifung der Wirbelsäule und der damit einhergehenden Einschränkung der Funktionsfähigkeit

Daher empfiehlt es sich, wenn Sie unter **Morbus Bechterew** leiden, mit dem Rauchen aufzuhören oder es deutlich zu reduzieren.



## Schwangerschaft und Stillzeit

Startet die Schwangerschaft in einer beschwerdefreien Phase, ist die Wahrscheinlichkeit einen Schub während der nächsten 9 Monate zu bekommen für schwangere und nicht-schwangere Patientinnen in etwa gleich. Das Risiko für einen Schub steigt allerdings, wenn die Krankheitsaktivität bei der Zeugung erhöht ist.

Besprechen Sie auch rechtzeitig vor einer geplanten Schwangerschaft mit Ihrem Arzt, ob Sie alle Ihre Medikamente weiternehmen dürfen oder ob Sie Präparate absetzen oder gegen andere austauschen müssen. Gleiches gilt auch für die Stillzeit: Einige Medikamente können in die Muttermilch übergehen und sollten daher erst wieder eingenommen werden, wenn Sie Ihr Kind abgestillt haben. Bei einer Morbus Bechterew-Erkrankung sollte die Fruchtbarkeit und Schwangerschaft nicht negativ beeinflusst sein. Trotz versteifter Kreuzdarmbeingelenken oder künstlicher Hüftgelenke ist gewöhnlich kein Kaiserschnitt notwendig und eine natürlich Geburt möglich.



---

## Fragen an Ihren Arzt

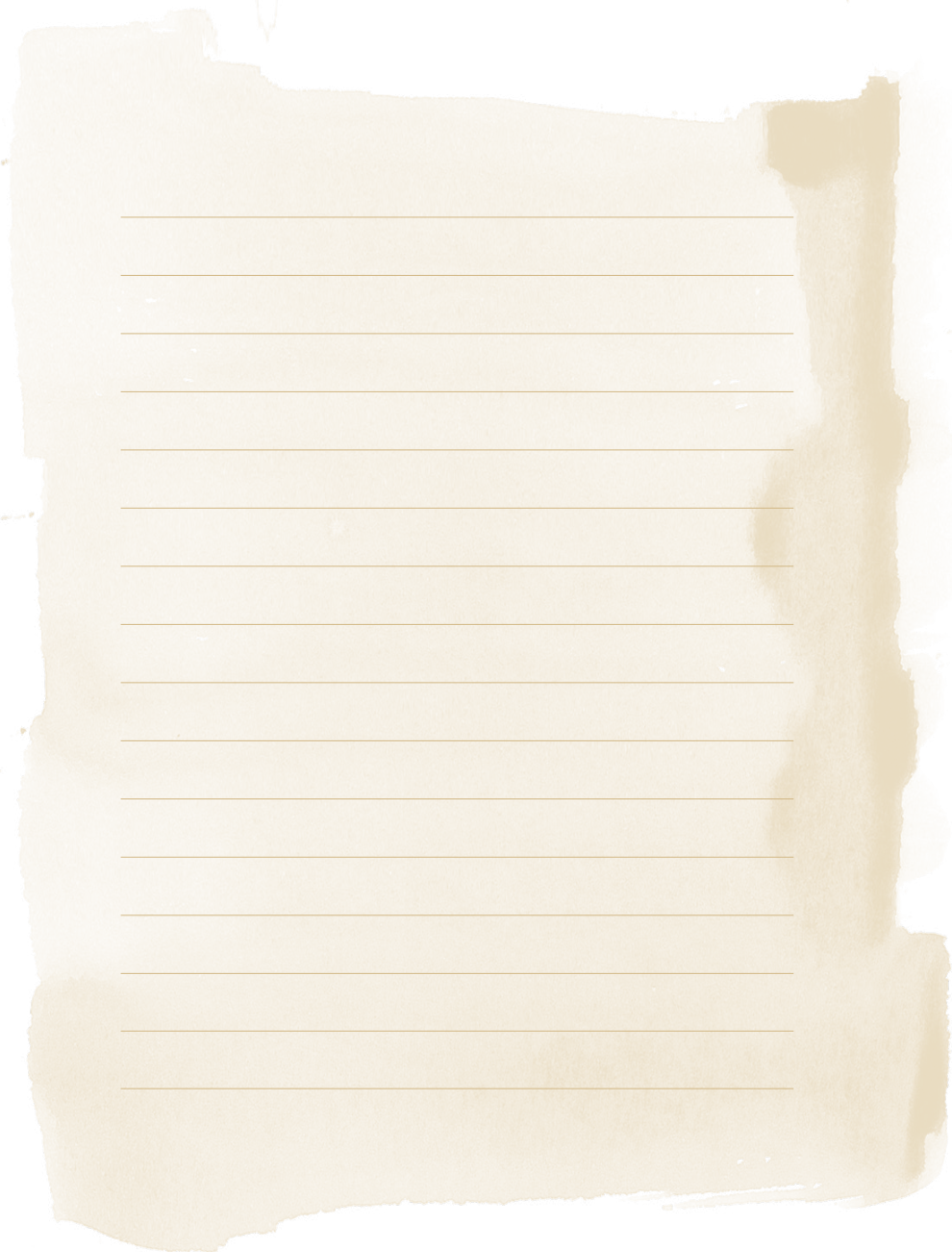
---

Wenn Sie gerade erst die Diagnose „**Morbus Bechterew**“ erhalten haben oder Ihr Arzt Ihnen vielleicht eine neue Therapie vorgeschlagen hat, haben Sie wahrscheinlich viele Fragen. Damit Sie im Gespräch mit Ihrem Arzt nichts vergessen, können Sie sich vorab eine Liste mit Ihren Fragen erstellen. Wir haben Ihnen ein paar der häufigsten Fragen zusammengestellt, die Ihnen vielleicht eine Anregung sein können.

- Wie stark ist meine Erkrankung ausgeprägt?
- Welche Therapie empfehlen Sie mir? Wie läuft diese ab?
- Welche Nebenwirkungen kann die Behandlung haben?
- Wie oft muss ich zu Kontrolluntersuchungen kommen?
- Was kann ich machen, um die Therapie zu unterstützen?
- Was passiert, wenn die Therapie keine ausreichende Wirkung zeigt?
- Wird die Erkrankung/die Therapie meinen Alltag beeinflussen?
- Kann ich weiterhin arbeiten gehen?
- Wie kann ich mich mit anderen Patienten austauschen?
- Wo kann ich weitere Informationen zur Erkrankung/Therapie finden?









---

## Nützliche Adressen

---

Für weitere Informationen rund um das Thema **Morbus Bechterew** haben wir Ihnen eine Auswahl an Adressen von Patientenorganisationen, Informationen zur Selbsthilfe und Fachgesellschaften zusammengestellt.

### **Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew e. V.**

Metzgergasse 16  
97421 Schweinfurt  
Tel.: 09721 22033  
Fax: 09721 22955  
E-Mail: [dymb@bechterew.de](mailto:dymb@bechterew.de)  
Internet: [www.bechterew.de](http://www.bechterew.de)

Netzwerk zur Selbsthilfe für Patienten, die an **Morbus Bechterew** oder verwandten entzündlichen Wirbelsäulenerkrankungen leiden

### **Deutsche Morbus-Bechterew-Stiftung**

Metzgergasse 16  
97421 Schweinfurt  
Tel.: 09721 22033  
Fax: 09721 22955  
E-Mail: [stiftung@bechterew.de](mailto:stiftung@bechterew.de)  
Internet: [www.dmb-stiftung.de](http://www.dmb-stiftung.de)

Stiftung zur Förderung der Forschung im Bereich des **Morbus Bechterew** und verwandter entzündlicher Wirbelsäulenerkrankungen

### **Deutsche Rheuma-Liga Bundesverband e. V.**

Welschnonnenstr. 7  
53111 Bonn  
Tel.: 0228 766060  
Fax: 0228 7660620  
E-Mail: [bv@rheuma-liga.de](mailto:bv@rheuma-liga.de)  
Internet: [www.rheuma-liga.de](http://www.rheuma-liga.de)

Selbsthilfeorganisation, die Betroffene unabhängig informiert, berät und praktische Hilfen bietet



**Deutsche Gesellschaft für Rheumatologie e. V.**

Wilhelmine-Gemberg-Weg 6

10179 Berlin

Tel.: 030 24048470

Fax: 030 24048479

E-Mail: [info@dgrh.de](mailto:info@dgrh.de)

Internet: [www.dgrh.de](http://www.dgrh.de)

Deutsche medizinisch-wissenschaftliche Fachgesellschaft im Bereich Rheumatologie. Sie fördert die rheumatologische Wissenschaft und Forschung und arbeitet unabhängig.

**Berufsverband Deutscher Rheumatologen e. V.**

Dr. med. Silke Zinke

Dr.-Max-Str. 21

82031 Grünwald

Tel.: 089 904141413

Fax: 089 904141419

E-Mail: [kontakt@bdrh.de](mailto:kontakt@bdrh.de)

Internet: [www.bdrh.de](http://www.bdrh.de)

Berufspolitische Vertretung aller rheumatologisch tätigen Ärzte. Bietet Rheumakranken Informationen und Hilfe bei der Suche nach rheumatologisch kompetenten Ärzten.

Diese Broschüre kann nicht den professionellen Rat Ihres Arztes ersetzen. Für weitere Informationen zu Ihrer Erkrankung wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.

---

# Wörterverzeichnis

---

**Akut:** plötzlich und meist kurzzeitig auftretende Erkrankung; im Gegensatz zu chronisch.

**Biologikum:** Biologika sind Arzneimittel mit einer komplexen Struktur und einem hohen Molekulargewicht, die biotechnologisch, d.h. mithilfe biologischer Organismen, hergestellt werden.

**Biosimilar:** Als Biosimilar werden biologische Medikamente bezeichnet, die mit dem bereits verfügbaren Erstanbieter-Medikament in Bezug auf Sicherheit, Wirksamkeit und Qualität vergleichbar sind. Dazu wird das Biosimilar über einen strengen Zulassungsweg geprüft.

**B-Zellen:** auch: B-Lymphozyten; Gruppe von weißen Blutkörperchen, die in der Lage sind, Plasmazellen zu bilden, die wiederum Antikörper gegen Krankheitserreger bilden; gehören zum Immunsystem.

**Chronisch:** lang andauernde Erkrankung (mehr als vier Wochen), oft nicht heilbar; im Gegensatz zu akut.

**Colitis ulcerosa:** Erkrankung, bei der das Immunsystem eine Entzündung im Dickdarm hervorruft. Weiter Symptome sind unter anderem Bauchschmerzen und Durchfall.

**Daktylitis:** Entzündung eines Fingers oder einer Zehe.

**Disease Modifying Anti-Rheumatic Drug (DMARD):** krankheitsmodifizierendes Antirheumatikum; verschiedene Medikamente, welche das Fortschreiten einer Erkrankung aus dem rheumatischen Formenkreis verlangsamen können. Werden in synthetisch hergestellte (sDMARD) und biologisch hergestellte (bDMARD) Medikamente eingeteilt. Die tsDMARDs (target-spezifische/zielgerichtete Medikamente) gehören gemeinsam mit den konventionellen synthetischen csDMARDs zu den sDMARDs.

**Enthesitis:** Entzündung der Ansatzstellen von Sehnen.

**Fresszellen:** auch: Makrophagen; Gruppe von großen, beweglichen, weißen Blutkörperchen, die eine zentrale Rolle bei der Immunreaktion spielen und eindringende krank machende Mikroorganismen vernichten; gehören zum Immunsystem.

**HLA-B27:** Gen aus der Gruppe der Humanen-Leukozyten-Antigene (HLA), die eine wichtige Rolle für das Immunsystem spielen; das Vorhandensein von HLA-B27 erhöht die Wahrscheinlichkeit, an Morbus Bechterew zu erkranken.

**Iliosakralgelenk:** auch: Kreuzdarmbeingelenk; straffes, wenig bewegliches Gelenk zwischen dem Kreuzbein und dem Darmbein, das eine Verbindung zwischen Wirbelsäule und Beckenknochen herstellt.

**Immunsystem:** körpereigenes Abwehrsystem gegen Krankheitserreger und Fremdkörper; besteht aus verschiedenen Organen, Zelltypen und Botenstoffen.

**Kyphose:** Vorwärtskrümung der Wirbelsäule; wird im Volksmund auch als Buckel bezeichnet.

**Leukozyten:** auch: weiße Blutkörperchen; sind in Blut, Knochenmark und den lymphatischen Organen vorhanden und spielen eine wichtige Rolle im Immunsystem.

**Morbus Crohn:** chronisch-entzündliche Darmerkrankung, bei der es zu einer Entzündung des gesamten Darms kommen kann. Vorwiegend ist ein Teil des Dünndarms und der Dickdarm betroffen.

**Nicht-steroidale Antirheumatika (NSAR):** Schmerzmittel, die zusätzlich Entzündungen hemmen können.

**Osteoblasten:** Bestimmte Zellen, die im Rahmen des Knochenumbaus für die Bildung von Knochengewebe verantwortlich sind.

**Osteopenie:** Verminderung der Knochendichte; Vorstufe der Osteoporose.

**Osteoporose:** auch: Knochenschwund; krankhaft verstärkter Abbau von Knochengewebe.

**Schuppenflechte:** auch: Psoriasis vulgaris; häufigste Form der Psoriasis mit entzündlichen, scharf begrenzten, geröteten Hautarealen, die mit silbrig-weißen Schuppen bedeckt sind.

**Spondyloarthritiden:** unter diesem Begriff werden verschiedene entzündlich-rheumatische Erkrankungen zusammengefasst, bei denen es zu chronischen Entzündungen vor allem im Bereich der Wirbelsäule kommt; es wird unterschieden in eine hauptsächlich axiale Form (axial, d.h. an der Wirbelsäule oder nahe am Rumpf; hierzu zählt Morbus Bechterew) und eine hauptsächlich periphere Form (peripher, d.h. am Rande gelegen, z. B. Knie-, Sprung-, Zehen-, Hand- und Fingergelenke).

**Total-Endoprothese (TEP):** künstlicher Ersatz eines kompletten Gelenks.

**Tumornekrosefaktor-alpha (TNF- $\alpha$ ):** Botenstoff des Immunsystems, der an Entzündungsprozessen beteiligt ist.

**T-Zellen:** auch: T-Lymphozyten; Gruppe von weißen Blutkörperchen; gehören zum Immunsystem und erfüllen dort verschiedene Funktionen.

**Uveitis:** auch: Regenbogenhautentzündung; Entzündung der Augenhaut (Uvea).

**Zytokine:** Botenstoffe zur Signalübertragung des Immunsystems.

Weitere  
Ideen für den  
täglichen Umgang  
mit Ihrer Erkrankung  
finden Sie hier:

[www.hexal.de/patienten/feelinx](http://www.hexal.de/patienten/feelinx)



### So erreichen Sie uns:

Sie haben wichtige Fragen zu unseren Arzneimitteln oder möchten Materialien bestellen? Rufen Sie uns kostenfrei unter **0800 439 25 23** an! Sie erreichen uns von Montag bis Freitag von **8:00 bis 18:00 Uhr**.

Bei Fragen zur Behandlung Ihrer Erkrankung wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.

**Hexal AG**  
Industriestraße 25  
83607 Holzkirchen

[www.hexal.de](http://www.hexal.de)



A Sandoz Brand