Danksagung Vorwort		2
	Basiswissen	
Zur Geschichte des Rheumatismus		12
»Rheuma« – ein Name – viele Krankheitsbilde	r	14
Einblicke in den Körper		16
Wie ist ein Gelenk aufgebaut?		16
■ Die Bedeutung des Immunsystems		18
AND THE RESERVE OF THE PERSON NAMED IN COLUMN TO SERVE OF		



Der Weg des Betroffenen – vom ersten Schmerz bis zum ersten Arztkontakt

>>	Habe ich etwa Rheuma?«	22
	Der Weg zur Diagnose	23
	Häufige Fragen der Betroffenen	26





Die rheumatischen Erkrankungen

U	ie medinatorue Artimus (KA)	30
	Ursachen und Entstehungsmechanismen der rheumatoiden Arthritis	30
	Krankheitsverlauf	33
	Labor- und Blutuntersuchungen liefern Hinweise	37
	Bedeutung bildgebender Verfahren	39
	Funktionsbeeinträchtigung	41
	Therapeutische Strategien bei der rheumatoiden Arthritis	41
	Leben mit einer rheumatoiden Arthritis	43
	Sonderformen der rheumatoiden Arthritis	46
S	pondyloarthritiden	48
	Morbus Bechterew	48
	Wer bekommt Morbus Bechterew?	49
	Welche Symptome sind typisch?	49
	Die Diagnostik	51
	Mögliche Therapie	52
	Gelenk-Psoriasis	56
	Welche Symptome sind charakteristisch?	56
	Die Diagnostik	56
	Mögliche Therapie	57
	Reaktive Arthritis	58
	Ursachen und Vorkommen der reaktiven Arthritis	58
	Häufigkeit der reaktiven Arthritis	58
	Welche Symptome treten auf?	59
	Die Diagnostik	59
	Mögliche Therapie	60
	Das Reiter-Syndrom	61
	Morbus Whipple	62

Lyme-Borreliose	62
Die Diagnostik	63
Behandlung und Verlauf der Erkrankung	64



Medikamentöse Therapie rheumatischer Erkrankungen

Medikamente sind wichtig!	68
Rheumatische Basistherapien	69
■ Sulfasalzin	71
■ Gold (Ridaura®, Tauredon®)	72
Hydroxychloroquin (Quensyl®), Chloroquin (Resorchin®),	72
■ Leflunomid (Arava®)	73
■ Methotrexat (MTX)	74
Biologika	76
■ Etanercept (Enbrel®)	77
■ Infliximab (Remicade®)	78
■ Adalimumab (Humira®)	78
■ Anakinra (Kineret®)	79
Therapie mit Glukokortikoidpräparaten	80
Wirkungen und Nebenwirkungen der Glukokortikoide	81
■ Glukokortikoide in der Rheumatherapie	82
Nichtsteroidale Antirheumatika (NSAR)	84
■ Wirkungen und Nebenwirkungen der nichtsteroidalen Antirheumatika	84
■ COX-II-Hemmer	87
Kombinationstherapien helfen!	88





Nicht medikamentöse Therapiemöglichkeiten

informeren die sich:	92
Physikalische Maßnahmen	94
Kälte – Die schnelle Hilfe im Akutfall	94
 Wärme hilft bei chronischen nicht akut entzündlichen rheumatischen Zuständen 	96
■ Bäder	97
■ Elektrotherapie	98
Massage	98
Bleiben Sie beweglich	101
■ Treiben Sie Sport	101
Physiotherapie mit Krankengymnastik	102
Ergotherapie	106
Psychologische Betreuung	108
Schmerzlinderung durch Entspannung	110
Musiktherapie	110
Aromatherapie	111
■ Yoga	112
Autogenes Training	113
Hypnose	114
Schmerzlinderung durch Körperwahrnehmung	115
■ Tai-Chi-Qi-Gong	115
Pilates	116
Alexander-Technik	117
Atemtherapie	118
Akupunktur	120
Radonbestrahlung im Bergstollen	121

Inhalt

Hilfsmittel für das tägliche Leben	122
Chirurgische Verfahren	124
Radiosynoviorthese	126
Medikamente auf pflanzlicher Basis	127
Brennnessel	127
■ Weide	128
■ Weihrauch	129
Teufelskralle	129
Katzenkralle	130
■ Bach-Blütentherapie	131
Homöopathie	132
Rheuma und Ernährung	133
■ Was Sie über Fette und Fettsäuren wissen sollten	133
■ Vermeiden Sie Harnsäure	139



Hier finden Sie kompetente Informationen

Anschriften der Landes- und Mitgliedverbände der Deutschen Rheuma-Liga	140
Informationen im Internet	142
Literatur	143
Sachverzeichnis	144