

# Rheumatoide Arthritis

---

Dieser medizinische Guide wurde speziell zur Aufklärung von Patienten entwickelt, um rheumatoide Arthritis besser verstehen zu können. Für spezifische Fragen und Details zu Ihren Symptomen suchen Sie bitte Ihren Arzt auf.

**Was Sie über  
rheumatoide  
Arthritis  
wissen sollten**



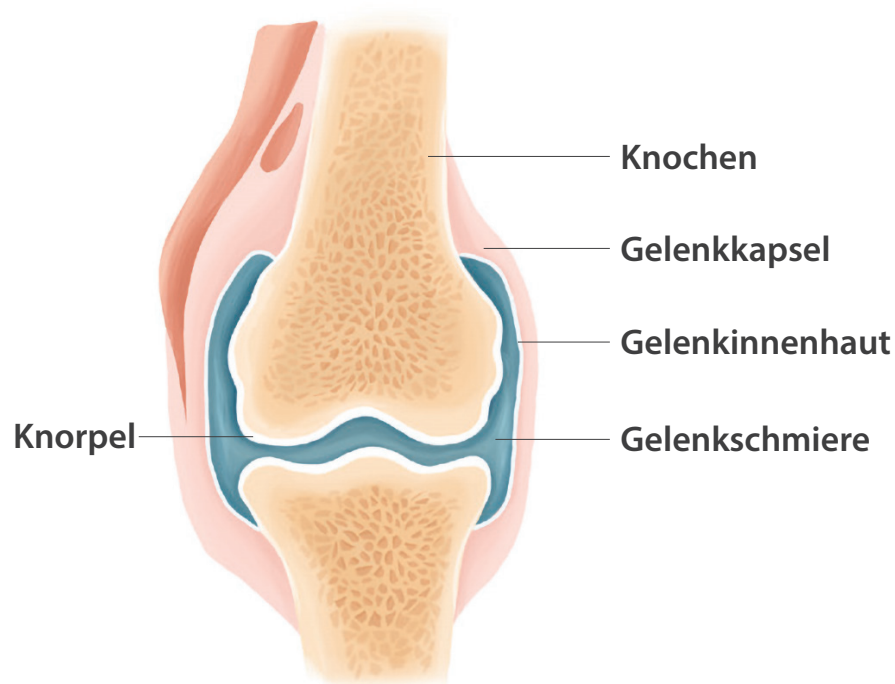
# Inhalt

<b>Wie funktionieren gesunde Gelenke?</b> .....	3
<b>Was passiert, wenn ein Gelenk von rheumatoider Arthritis betroffen ist?</b> .....	4
<b>Was verursacht rheumatoide Arthritis?</b> .....	5
<b>Was sind die Symptome von rheumatoider Arthritis?</b> .....	6
<b>Wie wird rheumatoide Arthritis diagnostiziert?</b> .....	7
<b>Wie wird rheumatoide Arthritis behandelt?</b> .....	8
<b>Leben mit rheumatoider Arthritis</b> .....	9
<b>Häufig gestellte Fragen (FAQ)</b> .....	10

# Wie funktionieren gesunde Gelenke?

## Gelenke sind die bewegliche Verbindung zwischen mehreren Knochen- oder Knorpelstrukturen.

- An den Knochenenden befindet sich weiches, glattes Gewebe, die sogenannten Knorpel. Dadurch können sich die Knochen geschmeidig gegeneinander bewegen.<sup>1</sup>
- Die Gelenkinnenhaut um das Gelenk herum produziert eine kleine Menge Flüssigkeit (Gelenkschmiere), die Nährstoffe für den Knorpel enthält und die Reibung zwischen den Knochen reduziert.<sup>1</sup>
- Die Gelenkinnenhaut bildet die innere Schicht der Gelenkkapsel. Diese ist die bindegewebliche Umhüllung eines Gelenks und hält es an Ort und Stelle.<sup>1</sup>



### **Knorpel:**

weiches Bindegewebe, das die Gelenke abdämpft und den Knochen hilft, sich geschmeidig zu bewegen

### **Gelenkinnenhaut:**

weiches Gewebe, das die Innenfläche des Gelenks auskleidet

### **Gelenkschmiere:**

enthält Nährstoffe zur Erhaltung des Knorpels und reduziert die Reibung zwischen den Knochen

### **Gelenkkapsel:**

Struktur, die das Gelenk umgibt und an einem Platz hält



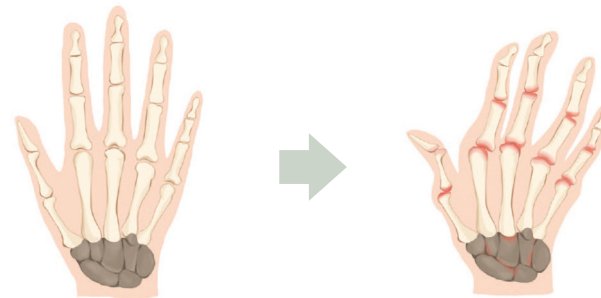
# Was passiert, wenn ein Gelenk von rheumatoider Arthritis betroffen ist?

## Entzündung:

Gelangen schädliche Substanzen, wie Bakterien oder Viren, in den Körper, folgt eine körpereigene Immunreaktion, bei der Entzündungsprozesse entstehen. Bei einer Autoimmunerkrankung reagiert der Körper fälschlicherweise auf gesunde Zellen oder eigene Antigene, in der Regel begleitet von schubartigen Entzündungsprozessen. Symptome einer Entzündung sind u. a. Hitze, Schmerz, Rötung und Schwellung.

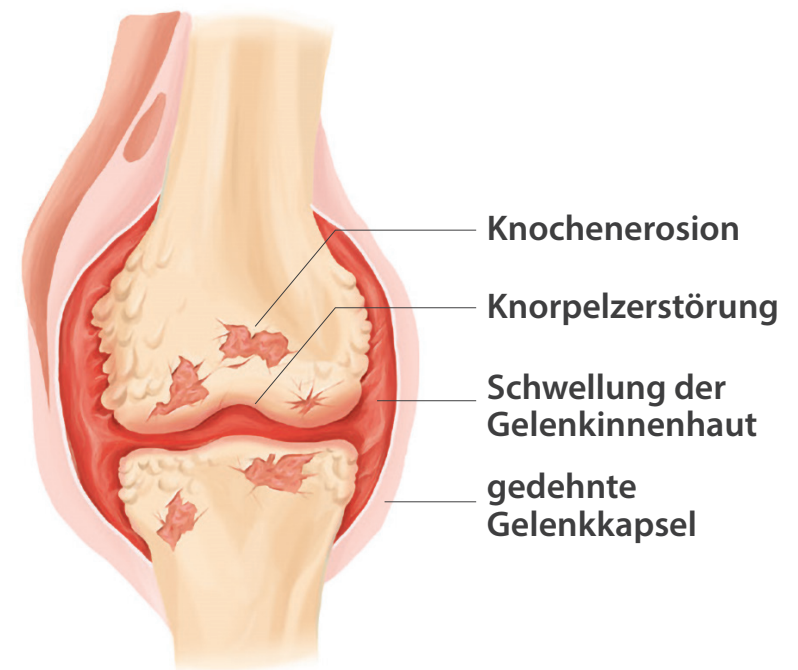
## Bei von rheumatoider Arthritis betroffenen Gelenken entzündet sich die Gelenkinnenhaut.<sup>1,2</sup>

Die Entzündung lässt die Gelenkinnenhaut anschwellen, wodurch sie gegen die Gelenkkapsel drückt. Dadurch kommt es zu Schwellungen und Schmerzen im und um das Gelenk. Ein Fortschreiten der Symptome führt zu Schäden bis hin zum Verlust von Knorpelgewebe, zu Knochenerosion und zur Verformung der Gelenke.<sup>1,2</sup>



 **Normale Gelenke**

 **Gelenke mit rheumatoider Arthritis**



# Was verursacht rheumatoide Arthritis?

Die genaue Ursache von rheumatoider Arthritis ist unbekannt. Man geht davon aus, dass die Symptome Folge einer abnormalen Immunreaktion sind.<sup>3</sup>

Rheumatoide Arthritis wird assoziiert mit bestimmten Risikofaktoren, u. a.:

1.



## Geschlecht

Insgesamt haben Frauen ein höheres Risiko für rheumatoide Arthritis als Männer.

2.



## Alter

Obwohl rheumatoide Arthritis in jedem Alter auftreten kann, beginnt sie am häufigsten im Alter von 40–60 Jahren.

3.



## Familiengeschichte

Leidet ein Familienmitglied an rheumatoider Arthritis, erhöht sich auch das persönliche Risiko für eine Erkrankung.

4.

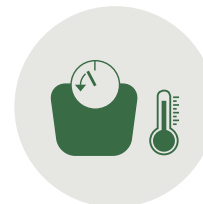
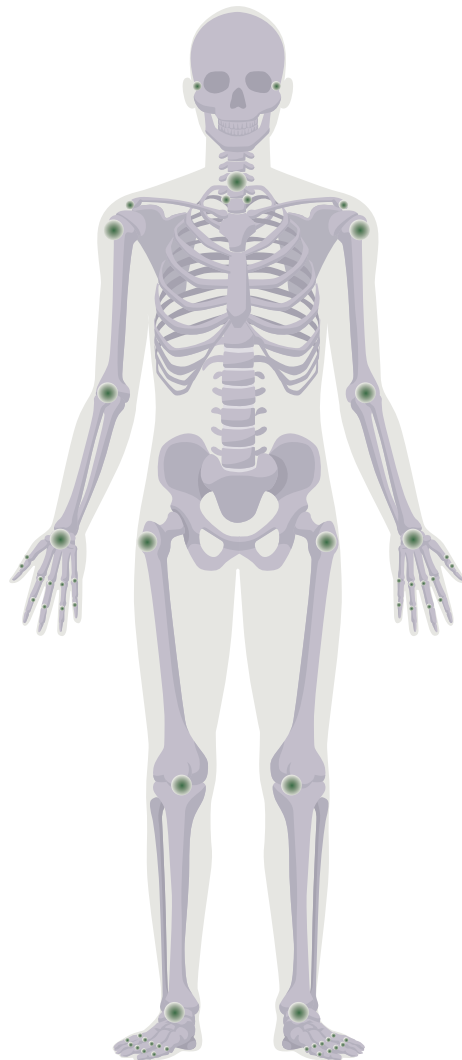


## Weitere Faktoren

Zigaretten und andere gefährliche Substanzen sowie Übergewicht können das Risiko für rheumatoide Arthritis erhöhen und den Verlauf der Krankheit verschlechtern.

# Was sind die Symptome von rheumatoider Arthritis?

**Rheumatoide Arthritis kann in allen Gelenken vorkommen, wobei die kleinen Gelenke von Händen und Füßen meist zuerst betroffen sind.<sup>4</sup> Am häufigsten betroffen sind Hände, Handgelenke, Ellbogen, Schultern, Knie und Knöchel.**



## **Hauptsymptome der betroffenen Gelenke sind u. a.:<sup>4</sup>**

- Schwellung, Überwärmung, Kraftlosigkeit
- Chronische Gelenkschmerzen
- Morgendliche Steifheit, die länger als 30 Minuten anhält
- Symmetrisches Befallsmuster

## **Neben den Problemen der betroffenen Gelenke können weitere Symptome auftreten. Diese sind z. B.:<sup>4</sup>**

- Appetit- und Gewichtsverlust
- Fieber
- Schwächegefühl und Müdigkeit

# Wie wird rheumatoide Arthritis diagnostiziert?

## Diagnose von rheumatoider Arthritis

Eine sichere Diagnose umfasst die Kombination aus den geschilderten Symptomen, körperlichen Untersuchungen, Labortests und einer detaillierten Bildgebung (Röntgen, Ultraschall oder MRT-Scans).<sup>5,6</sup>



### Körperliche Untersuchung

zum Feststellen von Symptomen und Anzeichen rheumatoider Arthritis



### Blutuntersuchung

zur Analyse auf bestimmte Entzündungsmarker und Rheumafaktoren



### Röntgen

zum Feststellen des Schadens an den betroffenen Gelenken



### MRT-Scans

zur Untersuchung des Zustandes der Gelenke und Knochen durch hochsensitive und hochauflösende Bildgebung



### Ultraschall

zum Nachweis von Gelenkergüssen und Veränderungen an der Gelenkinnenhaut – aufgrund der einfachen Durchführbarkeit ist dies eine wichtige Ergänzung des klinischen Befundes

### MRT (Magnetresonanztomographie):

Ein Scan-Typ zur Erstellung detaillierter Bilder vom Inneren des Körpers durch starke, nicht spürbare Magnetfelder und Radiowellen.

### Ultraschall:

Ein Scan-Typ zur Erstellung von Bildern der inneren Organe und Gewebe durch Schallwellen und deren Echo.

# Wie wird rheumatoide Arthritis behandelt?

## Es gibt verschiedene Ansätze für die Behandlung von rheumatoider Arthritis.<sup>7,8</sup>

Derzeit ist eine Heilung der rheumatoiden Arthritis mit den vorhandenen Therapieoptionen nicht möglich. Eine Therapie zielt daher auf die Verbesserung der Lebensqualität des Patienten ab. Indem die Entzündung unter Kontrolle gebracht wird, können Schmerzen reduziert, spätere Gelenkschäden vorgebeugt und die Gelenkfunktion so lange wie möglich aufrechterhalten werden.

1.



### Symptomlindernde Medikamente

Nichtsteroidale Anti-Entzündungsmedikamente (NSAIDs) können vorübergehend die Schmerzsymptome lindern, haben aber keinen Einfluss auf den Krankheitsverlauf oder die Gelenkzerstörung.

2.



### Medikamente mit Einfluss auf den Krankheitsverlauf

- **Kortikosteroide**  
sind schnell wirkende Entzündungshemmer, die den Schmerz lindern und Gelenkschäden verlangsamen.
- **Krankheitsmodifizierende Anti-Rheumatika (DMARDs)**  
können den Fortschritt der rheumatoiden Arthritis verlangsamen und so Gelenke vor dauerhaftem Schaden schützen.
- **Biologika**  
sind eine Untergruppe der DMARDs, die gezielt an der Stelle in das Immunsystem eingreifen, durch die Gelenkschäden entstehen. Ein Biologikum kann die Krankheit verlangsamen, modifizieren oder aufhalten.

3.



### Operative Eingriffe

Ob eine Operation notwendig wird, entscheidet Ihr Arzt nach der Beurteilung Ihrer Symptome, Allgemeingesundheit, Risiko und Nutzen einer Operation. Eine Operation kann den Ersatz eines Gelenkes oder seine Rekonstruktion bedeuten.



# Leben mit rheumatoider Arthritis

**Wenn Sie an rheumatoider Arthritis erkrankt sind, können Sie mit einer bewussten Lebensweise Ihre Krankheit positiv beeinflussen. Rheumatoide Arthritis ist eine chronische Erkrankung, die eine Langzeitbehandlung benötigt, um Ihre Symptome unter Kontrolle zu bringen und um Folgeschäden an Ihren Gelenken zu vermeiden.<sup>9</sup>**

Es ist sehr wichtig, dass Sie Ihre Medikamente genauso einnehmen, wie von Ihrem Arzt verschrieben. **Sprechen Sie in regelmäßigen Abständen mit Ihrem Arzt über den Verlauf Ihrer Erkrankung und Ihrer Symptome.<sup>9</sup>**



Bewegungsmangel kann Ihre Gelenke versteifen und Ihre Muskeln schwächen. Es ist wichtig, **eine gute Balance zwischen Ausruhen und Betätigung beizubehalten.<sup>9</sup>**



Während es keine spezifische Diät für Patienten mit rheumatoider Arthritis gibt, kann eine **mediterrane Ernährung** mit Fisch, Gemüse, Obst und Olivenöl helfen, die Symptome unter Kontrolle zu bringen und Entzündungen zu reduzieren.<sup>10</sup>



# Häufige Fragen (FAQ)

**F:** Ist rheumatoide Arthritis nicht eine „Alte-Leute“-Krankheit?<sup>3,11</sup>

**A:** Rheumatoide Arthritis kann Menschen jeden Alters und jeden Geschlechts treffen. Selbst Kinder können unter rheumatoider Arthritis leiden. Deshalb ist es wichtig, auch in jüngeren Jahren nach Anzeichen und Symptomen Ausschau zu halten. Im Gegensatz dazu ist Arthrose eine Gelenkdegeneration, die aufgrund von Verschleiß besonders bei älteren Menschen auftritt.

**F:** Werde ich rheumatoide Arthritis an meine Kinder weitergeben?<sup>12,13</sup>

**A:** Die Familiengeschichte ist einer der stärksten bekannten Risikofaktoren für die Entwicklung einer rheumatoiden Arthritis. Das individuelle Risiko, rheumatoide Arthritis an das eigene Kind weiterzugeben, liegt bei 1–3 %; also bedeutet ein Elternteil mit rheumatoider Arthritis nicht automatisch die Geburt eines Kindes mit rheumatoider Arthritis. Sie sollten mit Ihrem Arzt sprechen, um das mögliche Risiko zu ermitteln.

**F:** Wie unterscheidet sich rheumatoide Arthritis von Arthrose?<sup>15</sup>

Rheumatoide Arthritis	Charakteristik	Arthrose
Jedes Alter	Alter	Ab 40 Jahren
Geschlecht, Vererbung oder Lebensstil	Risikofaktoren	Alter und Abnutzung
Kleinere Gelenke wie in Händen, Füßen, Handgelenken, Ellbogen, Schultern oder Knöcheln	Lokalisierung der Gelenkschmerzen	Gewichtstragende Gelenke wie Knie, Hüfte und Fingergelenke
Autoimmunerkrankung	Ursache	Verschleiß
Üblicherweise medikamentös	Behandlung	Medikamentös, operativ, Physiotherapie

**F:** Erhöht rheumatoide Arthritis das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen?<sup>11,14</sup>

**A:** Durch die chronische Entzündung und Aktivierung des Immunsystems können auch Schäden an Blutgefäßen auftreten, die eine „Verkalkung“ der Blutgefäße begünstigen.

**Das Risiko für eine Herz-Kreislauf-Erkrankung, wie z. B. Atherosklerose, ist daher bei Patienten mit rheumatoider Arthritis erhöht.**

**Gut zu wissen:**

Mithilfe eines Patienten-Tagebuchs können Sie den Verlauf Ihrer Krankheit dokumentieren. Hier können Sie festhalten, welche Medikation und andere Maßnahmen einen positiven Einfluss auf den Krankheitszustand hatten und wie oft sich Zustände der Besserung mit einem Rückfall abwechseln.

## Gehen Sie zu Ihrem Arzt, wenn Sie eines der folgenden Symptome bei sich feststellen:<sup>16,17</sup>

- Starke, stechende und konstante Schmerzen in mehreren Gelenken
- Schmerzen, die Sie zum Humpeln zwingen
- Schmerzen, die zwei Stunden andauern, nachdem Sie Sport gemacht haben oder in der Nacht schlimmer werden
- Schmerzen oder Schwellungen, die nicht besser werden durch Ausruhen, freiverkäufliche Schmerzmittel, Wärme- oder Kältekissen
- Starke Zunahme der Schwellungen oder wenn sich Ihre Gelenke „heiß“ anfühlen oder rötlich verfärbt sind

# Hilfreiche Adressen und Anlaufstellen:



**Besuchen Sie uns direkt hier:**

[www.celltrion-patientenservice.de](http://www.celltrion-patientenservice.de)



**Rheuma-Selbsthilfe-Organisation:**

Deutsche Rheuma-Liga  
[www.rheuma-liga.de](http://www.rheuma-liga.de)

- 1) VERSUS ARTHRITIS. What is rheumatoid arthritis. Online unter: <https://www.versusarthritis.org/about-arthritis/conditions/rheumatoid-arthritis/> letzter Zugriff: Februar 2020
- 2) Deutsche Rheuma-Liga Bundesverband e.V. (Hrsg.), Faltblatt Rheumatoide Arthritis. Online unter [https://www.rheuma-liga.de/fileadmin/public/main\\_domain/Dokumente/Mediencenter/Publikationen/Informationen/C183\\_Faltblatt\\_Rheumatoide\\_Arthritis.pdf](https://www.rheuma-liga.de/fileadmin/public/main_domain/Dokumente/Mediencenter/Publikationen/Informationen/C183_Faltblatt_Rheumatoide_Arthritis.pdf) letzter Zugriff: Februar 2020
- 3) Mayo Clinic. Rheumatoid arthritis. Online unter: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/rheumatoid-arthritis/symptoms-causes/syc-20353648> letzter Zugriff: Februar 2020
- 4) NHS Choices. Rheumatoid Arthritis Symptoms. Online unter: <https://www.nhs.uk/conditions/rheumatoid-arthritis/symptoms/> letzter Zugriff: Februar 2020
- 5) NHS Choices. Rheumatoid Arthritis Diagnosis. Online unter: <https://www.nhs.uk/conditions/rheumatoid-arthritis/diagnosis/> letzter Zugriff: Februar 2020
- 6) Arthritis Foundation. Rheumatoid arthritis diagnosis. Online unter: <https://arthritis.org/diseases/rheumatoid-arthritis> letzter Zugriff: Februar 2020
- 7) Deutsche Rheumaliga e.V. Medikamente in der Rheumatherapie. Online unter: <https://www.rheuma-liga.de/rheuma/therapie/medikamententherapie> letzter Zugriff: Februar 2020
- 8) Mayo Clinic. Rheumatoid Arthritis – Treatment. Online unter: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/rheumatoid-arthritis/diagnosis-treatment/drc-20353653> letzter Zugriff: Februar 2020
- 9) NHS. Living with Rheumatoid arthritis. Online unter: <https://www.nhs.uk/conditions/rheumatoid-arthritis/living-with/> letzter Zugriff: Februar 2020
- 10) Arthritis Foundation. Anti-Inflammatory Diet. Online unter: <https://arthritis.org/health-wellness/healthy-living/nutrition/anti-inflammatory/anti-inflammatory-diet> letzter Zugriff: Februar 2020
- 11) Arthritis Foundation. 10 Things to Know About Rheumatoid Arthritis. Online unter: <https://arthritis.org/diseases/more-about/10-things-to-know-about-ra> letzter Zugriff: Februar 2020
- 12) Frisell T, Sawvardsdottir S and Askling J. Nat Rev Rheumatol. 2016;12:335-43
- 13) VERSUS ARTHRITIS. What are the chances of my child having arthritis? Online unter: <https://www.versusarthritis.org/about-arthritis/living-with-arthritis/pregnancy/> Letzter Zugriff: Februar 2020
- 14) Arthritis Foundation. Arthritis and Heart Disease. Online unter: <https://arthritis.org/health-wellness/about-arthritis/related-conditions/other-diseases/arthritis-and-heart-disease> letzter Zugriff: Februar 2020
- 15) Osteoporosis and Arthritis: Two Common but Different Conditions. Online unter: <https://www.bones.nih.gov/health-info/bone/osteoporosis/conditions-behaviors/osteoporosis-arthritis> letzter Zugriff: Februar 2020
- 16) Rheumatoid Arthritis (RA). Centers for Disease Control and Prevention. Online unter: [https://www.cdc.gov/arthritis/basics/rheumatoid-arthritis.html?CDC\\_AA\\_ref-Val=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Farthritis%2Fbasics%2Frheumatoid.htm](https://www.cdc.gov/arthritis/basics/rheumatoid-arthritis.html?CDC_AA_ref-Val=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Farthritis%2Fbasics%2Frheumatoid.htm) letzter Zugriff: Februar 2020
- 17) Physical Activity for Arthritis. Centers for Disease Control and Prevention. Online unter: <https://www.cdc.gov/arthritis/basics/physical-activity-overview.html> letzter Zugriff: Februar 2020



**Kontaktinformation**

**Celltrion Healthcare Deutschland GmbH**

Rathausplatz 12, 61348 Bad Homburg v. d. Höhe

Für weitere Informationen besuchen Sie gerne

[www.celltrionhealthcare.de](http://www.celltrionhealthcare.de) | [www.celltrion-patientenservice.de](http://www.celltrion-patientenservice.de)