



6 Fragen zum Thema *Rheuma* an Dr. Nicolas Gumpert:

Wenn das Immunsystem den eigenen Körper bekämpft

Doktor Gumpert, ist Rheuma eine typische Alte-Leute-Krankheit?

Nein, absolut nicht. Das ist aber das typische Missverständnis: dass man glaubt, Alter und Rheuma seien gekoppelt. Bloß, weil die Gelenke mit zunehmendem Alter eben leider häufiger schmerzen.

Eigentlich ist Rheuma aber nur ein Überbegriff für über einhundert verschiedene Erkrankungen. Besonders häufig sind dabei die Gelenke betroffen. Daher dieses Missverständnis. Organe können aber ebenso betroffen sein. Sogar die Augen können rheumakrank werden, wenn man das jetzt mal so sagen möchte.

Tausendmal gehört, nie richtig begriffen: Könnten Sie noch kurz erklären, was eine Autoimmunerkrankung ist?

Eine Autoimmunerkrankung ist so ähnlich wie eine Allergie, aber eben gegen eigene Zellen. Das körpereigene Immunsystem missversteht Teile des Körpers als fremd und greift sie an.

Dadurch entzünden sich die angegriffenen Regionen und verursachen Schmerzen, Schwellungen und Rötungen. Eine rheumatische Erkrankung ist also ein Missverständnis zwischen Immunsystem und Zelle, das eigentlich überall im Körper stattfinden kann.

Wenn Rheuma keine „Alte-Leute-Krankheit“ ist, wer ist dann die Zielgruppe?

Die Zielgruppe ist eine oder einer von dreihundert – wobei Frauen deutlich häufiger betroffen sind als Männer. Das Verhältnis beträgt hier ungefähr drei zu eins.

Hohes Alter spielt da eigentlich weniger eine Rolle, weil rheumatische Erkrankungen zumindest teilweise genetisch bedingt sind. Der erste Rheumaschub ereignet sich meistens schon zwischen dem 15. und dem 30. Lebensjahr.

Gibt es denn überhaupt eine einzelne Behandlung für all diese unterschiedlichen Beschwerden?

Wenn eine Entzündung besteht, arbeiten wir normalerweise mit Medikamenten, die das Immunsystem unterdrücken. Früher hatten die eine sehr breite Wirkung – und eben auch entsprechend viele Nebenwirkungen. Heute arbeiten wir mit Medikamenten, mit denen Patienten sowohl symptomfrei als auch frei von Nebenwirkungen sind.

Wie könnten Sie denn jetzt erkennen, ob ich Rheuma habe oder nicht?

Um auf Nummer sicher zu gehen, würde ich ein kleines Blutbild machen. Darin gibt es schon sehr viele Marker, aufgrund derer man bestimmte Erkrankungen entweder ausschließen oder in Erwägung ziehen muss. Zum Beispiel leiden auffällig viele Rheumakranke an Anämie, also einem Mangel an roten Blutkörperchen. Für manche Betroffene ist der Leidensweg aber sehr lang. Besonders bei den Minor-Formen, die schubweise und in Verbindung mit relativ milden Symptomen verlaufen, kann es manchmal Jahre dauern, bis Patienten ihre Diagnose erhalten.

Auch wenn Rheuma zumindest teilweise genetisch bedingt ist, kann ich trotzdem irgendwie einer Erkrankung vorbeugen?

Ob man dem Ausbruch einer rheumatischen Erkrankung vorbeugen kann, wird auch unter Wissenschaftlern noch kontrovers diskutiert. Wenn wir davon ausgehen, dass unser Immunsystem in einem gewissen Rahmen genetisch vorbestimmt ist, ist Prävention natürlich schwierig. Allerdings gibt es sogenannte Trigger, also Auslöser einer Krankheit. Das können Stress, intensives UV-Licht oder Schlafentzug sein.

Pauschal könnte man also schon sagen, dass eine gesunde, ausgeglichene, ein bisschen bewusstere Lebensweise einen gewissen Schutz vor einer rheumatischen Erkrankung bzw. weiteren rheumatischen Schüben bietet. ■

