

# vertical

## Morbus Bechterew

Augenentzündungen

Infektionen

Gelenkschmerzen

Psychische  
Erkrankungen

Morbus Crohn

Colitis ulcerosa

Schuppenflechte

# Der Bechterew kommt selten allein

Die Begleiterkrankungen des Morbus Bechterew



## Zum Aufstehen motivieren

«In meinem Jahr als Nationalratspräsident habe ich rund 20 Veranstaltungen pro Woche. Rund ein Drittel der Nächte schlafe ich auswärts, meistens in einem Hotel, wo die Matratzen nicht immer gut sind. Daher habe ich manchmal Rückenschmerzen. Auch habe ich viele Sitzungen, bei denen ich zwischendurch aufstehen muss. Wenn ich den Vorsitz habe, motiviere ich die Leute, mit mir aufzustehen und sich kurz zu bewegen. Das ist nicht nur gut für den Rücken, sondern fördert auch das kreative Denken. In meinem Büro in Bern habe ich ein Stehpult.

Wir sollten dem Sport und der Bewegung das gleiche Gewicht geben wie einer Sitzung oder einem anderen Termin. Die Männerriege ist zum Beispiel jede Woche ein fixer Termin in meiner Agenda. Im Winter fahre ich gerne Ski oder mache Langlauf und im Sommer spiele ich ein- bis zweimal pro Woche Tennis. Ich weiss heute, dass man nur über eine gewisse Zeit Raubbau am eigenen Körper betreiben kann. Als Jugendlicher habe ich intensiv Kunstturnen gemacht, später dann auch in der Leichtathletik Zehnkampf. Verletzungen hatte ich bisher zum Glück wenige, der Rücken blieb sogar ganz verschont.

Als Präsident von Swiss Olympic liegen mir der Spitzen- und der Breitensport sehr am Herzen. Wir brauchen in der Schweiz beides, um erfolgreich zu sein. Zudem ist bekannt, dass sich Kinder und Jugendliche mehr bewegen sollten. Dabei soll nicht das Gewinnen im Vordergrund stehen, sondern die Freude an der Bewegung. Ich sehe das schon bei meiner kleinen Tochter, die immerzu will, dass mit ihr gespielt wird. Das hält mich natürlich auch auf Trab.»

Jürg Stahl, Nationalratspräsident 2017 und Präsident von Swiss Olympic  
→ [www.juergstahl.ch](http://www.juergstahl.ch)

**70 000 Menschen mit Rückenschmerzen haben Morbus Bechterew. Der Diagnostest unter  
→ [www.bechterew.ch](http://www.bechterew.ch) kann weiterhelfen.**

### SCHWERPUNKT | SEITE 4

**Der Bechterew kommt selten allein  
Verschiedene Zusatzkrankungen  
und ein Motto: «Weitermachen!»**

«In den Gelenken und im Darm laufen ähnliche Prozesse ab»

### SVMB-INFOS | SEITE 14

**Schweizerisches Bechterew-Treffen  
am «Tor zur Ostschweiz»**

**Forschungspreis 2017:  
Braucht es zusätzlich zu den TNF-Alpha-Hemmern  
ein Basisedikament?**

«Wichtige Impulse für die Forschung»

**Mallorca-Reise 2018:  
Jetzt vom Frühbucher-Rabatt profitieren!  
Nationale Aktionswoche zum Thema Hüfte**

### FORSCHUNG | SEITE 23

**Haben jüngere Geschwister ein höheres  
Bechterew-Risiko?**

**Entzündungshemmende Pflanzen vom  
roten Kontinent**

### RATGEBER | SEITE 26

### PERSÖNLICH | SEITE 27

**Vom Flugzeugmechaniker zum Textilüftler**

### SHOP | SEITE 28

### DIVERSES | SEITE 31

«vertical» erscheint auch in französischer Sprache.



## Liebe Leserin, lieber Leser

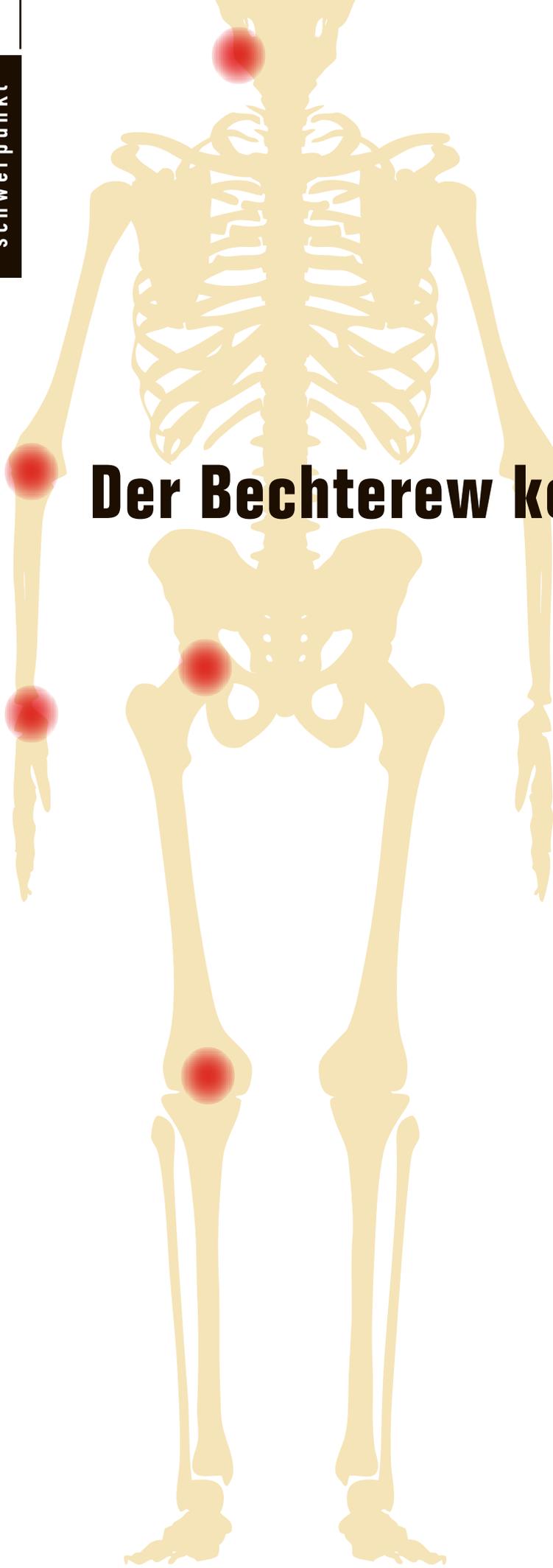
«Für jedes Problem gibt es eine Lösung»: Was meinen Sie zu dieser Aussage? Eine gesunde Portion Optimismus ist gerade auch im Umgang mit dem Morbus Bechterew wichtig. Dies trifft umso mehr zu, als der Morbus Bechterew selten allein auftaucht. Allzu oft nimmt er seine «Kollegen» gleich mit, das heisst, er hat verschiedene Begleiterkrankungen im Gepäck. Die Herausforderung ist dann doppelt so gross. Die verschiedenen Medikamente und nichtmedikamentösen Therapien müssen aufeinander abgestimmt und noch mehr Termine für Behandlung und Therapie koordiniert werden. Die Beschwerden müssen laufend beobachtet werden. Vielleicht hilft es dem einen oder anderen auch, sich mit den gemeinsamen Ursachen der scheinbar so verschiedenen

Krankheiten zu beschäftigen. Die Forschung steht hier noch ganz am Anfang.

Was heisst es für die Betroffenen, mehrfach chronisch krank zu sein? Vielleicht macht es sie noch stärker. Wahrscheinlich lernen sie noch mehr zu schätzen, welch wertvolles Gut eine intakte Gesundheit ist. Und sie werden nicht nur in einem, sondern sogar in mehreren Krankheitsbildern zu Experten. In dieser Ausgabe wollen wir dazu beitragen, dass Sie die Symptome von Zusatzerkrankungen im Ernstfall schnell einordnen und die nötige Hilfe suchen können.

Ich wünsche Ihnen eine gute Lektüre!

**Lars Gubler**  
Chefredaktor



# Der Bechterew kommt selten allein

**Schon der Bechterew kennt verschiedene Formen und kann unterschiedlich verlaufen, doch es gibt auch noch eine Vielzahl an Begleiterkrankungen. Von Augenentzündungen über Hörprobleme bis hin zu Darmerkrankungen können zahlreiche Komplikationen auftreten. Eine gute Vorbereitung und umfassende Informationen sind wichtig für eine erfolgreiche Behandlung.**

LARS GUBLER

So unklar wie die Ursachen des Morbus Bechterew selber, so rätselhaft ist auch das Auftreten verschiedener Begleiterkrankungen, sogenannter Komorbiditäten, die bei Menschen mit Morbus Bechterew besonders häufig sind. Diese können von Augenentzündungen und Entzündungen von Sehnenansätzen über Kieferprobleme bis hin zu Erkrankungen des Darms wie dem Morbus Crohn oder der Colitis ulcerosa gehen.

Diese Erkrankungen haben auf den ersten Blick wenig mit dem Morbus Bechterew gemeinsam. Doch auf genetischer Ebene und im Entzündungsgeschehen sind sie dem Bechterew teilweise sehr ähnlich. Deshalb laufen in diesem Bereich Forschungsarbeiten, um durch die Gemeinsamkeiten und Unterschiede die Behandlung der einzelnen Leiden zu verbessern. Auch gibt es Ansätze, um durch das Auftreten einer Zusatzkrankung eine bessere Früherkennung der Hauptkrankung zu erreichen.

## Schwierige «Verwandte»

Eine erste schwierige Abgrenzung ist diejenige zwischen dem klassischen Morbus Bechterew und seinen nächsten «Verwandten». So spricht man einerseits vom «klassischen» Morbus Bechterew, der sogenannten Ankylosierenden Spondylitis, und andererseits von der auf dem Röntgenbild nicht sichtbaren axialen Spondyloarthritis (nr-axSpA). «Auf dem Röntgenbild nicht sichtbar» bedeutet, dass man weder auf einem herkömmlichen Röntgenbild noch auf einem MRI (Magnetresonananz-Tomographie) Veränderungen in den Gelenken erkennen kann. Und «axial» bedeutet,



dass die Beschwerden schwerpunktmässig an der Wirbelsäule auftreten. Diese Unterscheidung ist relativ neu, und die Forschenden sind sich noch nicht ganz einig, ob die auf dem Röntgenbild nicht sichtbare Form auch als Frühstadium eines «klassischen» Morbus Bechterew oder als eigenständiges Krankheitsbild gesehen werden soll.

### Nicht nur Gelenke betroffen

Doch auch ausserhalb des Bewegungsapparats gibt es sehr typische, häufig auftretende Begleiterkrankungen des Morbus Bechterew. Die genauen Zusammenhänge liegen oftmals noch im Dunkeln, aber in vielen Fällen hat es damit zu tun, dass die entzündlichen Prozesse des Morbus Bechterew in erstaunlich ähnlicher Weise auch in anderen Organen des Körpers vorkommen können. Die Botenstoffe, die einen Morbus-Bechterew-Schub auslösen, können also auch eine Entzündung des Darms im Rahmen eines Morbus Crohn oder einer Colitis ulcerosa auslösen. Morbus Crohn ist eine der häufigen und schwerwiegendsten Zusatzkrankungen des Morbus Bechterew (siehe Artikel und Interview auf den Folgeseiten).

Rund ein Drittel aller Bechterew-Patienten muss mindestens einmal eine sogenannte Uveitis, also eine Augenentzündung, durchmachen. Damit ist die Uveitis die häufigste Begleiterkrankung des Morbus Bechterew. Sie ist meist schmerzhaft und unangenehm. Zudem ist man durch die Uveitis während längerer Zeit im Alltag eingeschränkt. Die Behandlung muss rasch und in enger Abstimmung mit einem Augenarzt erfolgen. In der Regel müssen Augentropfen direkt im entzündeten Auge angewendet werden. Die Heilungschancen sind bei rascher und korrekter Behandlung gut.

### Vorsicht bei Infektionen

Neben den verwandten Erkrankungen des Bewegungsapparats, den Augenentzündungen und den Erkrankungen des Darms gibt es eine Reihe weiterer, aber weitaus seltener vorkommender Begleiterkrankungen des Morbus Bechterew. So müssen Menschen mit Morbus Bechterew ein leicht erhöhtes Risiko in Kauf nehmen, Komplikationen des

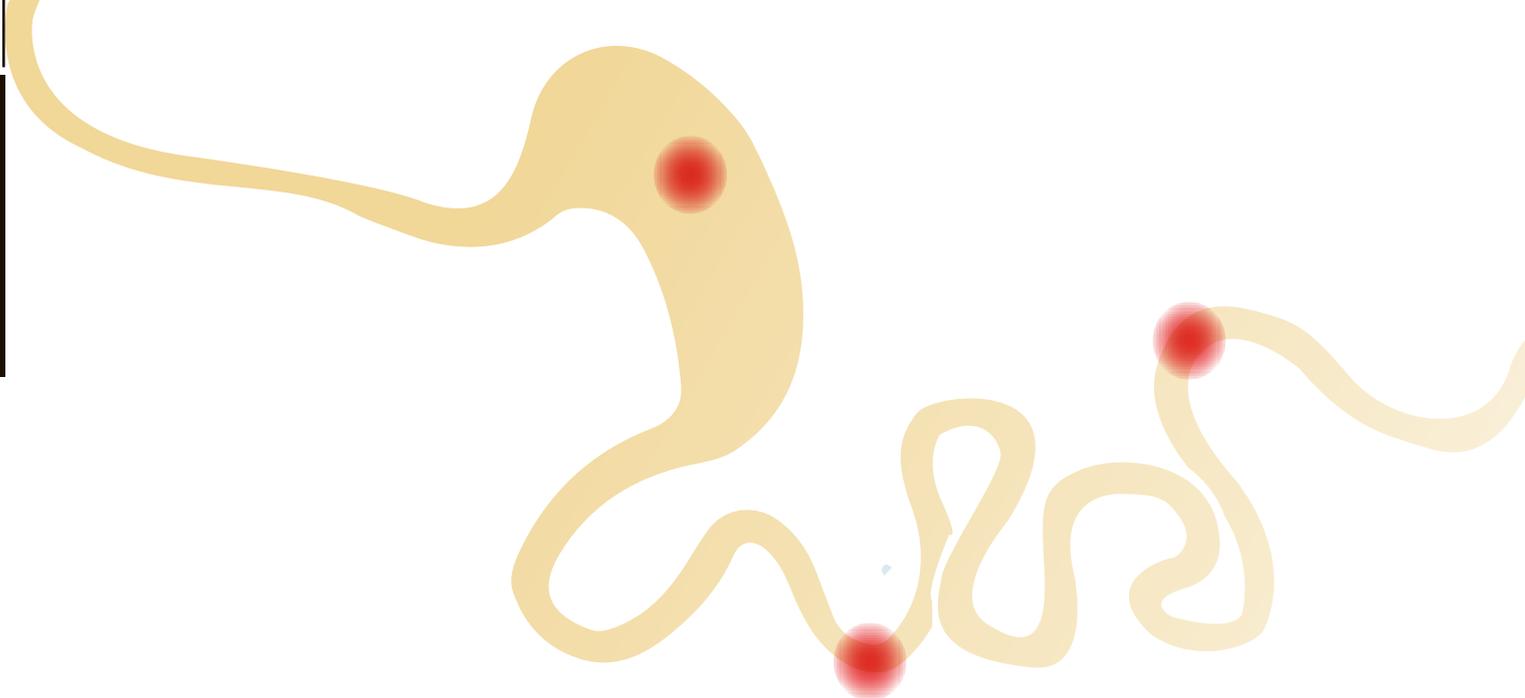
Herzens und der Lunge zu erleiden. Ebenfalls zum Reigen der Zusatzkrankungen gehört die Schuppenflechte (Psoriasis), die – wenn sie zusammen mit dem Morbus Bechterew oder einer verwandten Krankheit auftritt – Psoriasisarthritis genannt wird. Vereinzelt kleine Studien nennen auch ein erhöhtes Risiko für Probleme mit dem Gehör.

Eine besondere Herausforderung für Bechterew-Betroffene ist der Umgang mit Infektionen, gerade auch, wenn sie in einer TNF-Alpha-Therapie sind. Diese Medikamente können das Immunsystem abschwächen, wodurch die Patienten anfälliger für Infektionen sind. Solche Infektionen können grundsätzlich im ganzen Körper auftauchen, von Zahnfleisch- (Gingivitis) oder Zahnbettinfektionen (Parodontitis) über grippale Infekte bis hin zu Entzündungen des Nagelbetts oder Harnwegsinfekten. Dr. med. Pascale Exer, Rheumatologin in Basel und beratende Ärztin der SVMB, rät bei Verdacht auf eine Infektion: «Melden Sie sich so rasch wie möglich bei Ihrem Hausarzt oder Rheumatologen, damit der Infekt gut und schnell behandelt werden kann.»

### Psychische Probleme nicht vergessen

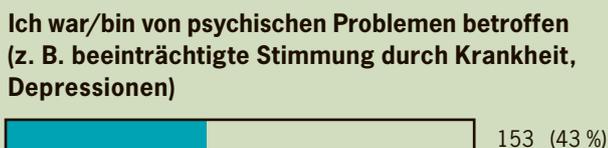
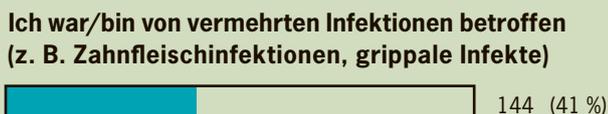
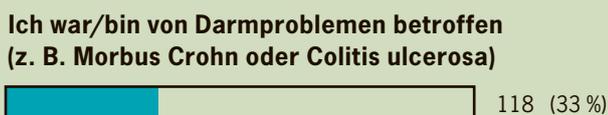
Nicht zu vernachlässigen sind beim Morbus Bechterew die Probleme aus dem Spektrum der psychiatrischen Erkrankungen. Wenngleich es nicht immer einfach ist, die Trennung zwischen vereinzelt Belastungssituationen und einer Depression zu ziehen, konnten doch mehrere Studien nachweisen, dass die Schmerzen und Einschränkungen des Morbus Bechterew ein erhöhtes Risiko für psychische Probleme mit sich bringen.

Es wird auch vermutet, dass sich eine schlechte psychische Gesundheit negativ auf den Krankheitsverlauf auswirken kann. Es handelt sich also um eine Art Teufelskreis, aus dem es zu entkommen gilt. Umso wichtiger ist es, ehrlich gegenüber sich selber zu sein, das eigene Wohlbefinden auch mit seinen Liebsten zu besprechen und allenfalls Schritte zu unternehmen, um dieses zu verbessern. Sollten die Beschwerden nach einigen Wochen oder Monaten nicht besser werden, ist es empfehlenswert, bei einem Psychiater oder Psychologen professionelle Unterstützung zu suchen.



**Aktuelle Umfrage:  
Begleiterkrankungen des Morbus Bechterew**

Sind Sie neben dem Morbus Bechterew von typischen Begleiterkrankungen betroffen? In unserer Internet-Umfrage wollten wir erfahren, ob Sie unter typischen Begleiterkrankungen wie Darmproblemen oder Gelenkbeschwerden leiden. Es nahmen insgesamt 355 Personen teil. Herzlichen Dank für Ihre Teilnahme!



**Eine Frage der Perspektive**

Bei den Zusatzerkrankungen des Morbus Bechterew ist es nicht in allen Fällen leicht zu sagen, welches nun eigentlich die Haupt- und welches die Zusatzerkrankung ist. Ein Patient leidet vielleicht schon seit mehreren Jahren an einer chronisch-entzündlichen Darmkrankheit wie Morbus Crohn und zeigt erst seit kurzer Zeit leichte Symptome für den Morbus Bechterew. Oder eine andere Patientin leidet schon länger am Morbus Bechterew und muss nun ihre erste Augenentzündung durchmachen. Neben der Krankheitsdauer ist die Schwere der einzelnen Erkrankung wichtig für die Bestimmung der Haupt- und Zusatzerkrankung. Oftmals ist es aber auch die Fachdisziplin des behandelnden Arztes, die hier einen feinen Unterschied macht. So spricht ein Gastroenterologe, also ein Darmspezialist, eher von einem Morbus Crohn mit zusätzlichen Symptomen im Bewegungsapparat, während eine Rheumatologin eher von einem Morbus Bechterew mit einer zusätzlichen Darmkrankung spricht. Auf die Behandlung der beiden Krankheitsbilder hat dies aber keinen Einfluss.

Stichwort Behandlung: Eingangs wurde erwähnt, dass der Morbus Bechterew und viele seiner Zusatzerkrankung auf der Ebene des Entzündungsgeschehens Ähnlichkeiten aufweisen. Da wäre es doch nahe liegend, dass man die Entzündungen auch zusammen – in einem «Aufwisch» sozusagen – bekämpfen könnte. Und tatsächlich gibt es ein Medikament, das Menschen, die vom Morbus Bechterew und vom Morbus Crohn betroffen sind, gleichzeitig gegen beide Krankheiten hilft. Dies obwohl das eine zu den rheumatischen Erkrankung gehört und das andere eine Erkrankung des Darmtraktes ist. Leider ist die Behandlung von Zusatzerkrankungen aber nicht immer so einfach. «Wir lernen aber laufend dazu», sagt Dr. med. Benjamin Misselwitz (siehe Interview). «Auch indem wir unseren Patienten zuhören und ihre Erfahrungen ernst nehmen.»



Optimiert seine Behandlung laufend: Willem den Hollander.

## Verschiedene Zusatzerkrankungen und ein Motto: «Weitermachen!»

**Die Krankheitsgeschichte von Willem den Hollander (73) aus Schlieren ZH ist in vielerlei Hinsicht beeindruckend. Er ist neben dem Morbus Bechterew von verschiedenen Zusatzerkrankungen betroffen. Doch der pensionierte Elektroniker konnte dennoch viele spannende Erfahrungen machen – und tüftelt auch heute noch an Innovationen. (lg)**

Fragt man Willem den Hollander danach, welche Medikamente er zurzeit einnimmt, zählt er ohne zu zögern und auswendig elf verschiedene Pharmazeutika und die dazugehörige Diagnose auf. Man ist sprachlos, mit welcher Sachlichkeit und geistigen Präsenz der 73-Jährige seine Krankengeschichte überblickt. So sei es auch schon vorgekommen, dass er bei einer medizinischen Untersuchung von einer Fachperson gefragt worden sei, ob er seine Unterlagen dabei habe, worauf er lediglich sagte: «Ja, in meinem Kopf.» In den letzten fast 20 Jahren hat er beinahe jeden TNF-Alpha-Hemmer ausprobiert. Nicht zu vergessen die vielen Arzttermine, für die er regelmässig ans Universitätsspital Zürich (USZ) oder ins Limmattal-Spital fahren muss.

Nicht nur die Medikamenteneinnahme hat er völlig im Griff, auch seine bisherigen operativen Eingriffe und Diagnosen. Und auch hier sind die Zahlen beeindruckend: 19 Mal war er bisher länger im Spital, 17 Mal davon wurde er operiert. Und die Diagnosen gehen von Morbus Bechterew über Morbus Crohn, Enthesitis (Sehnenansatzentzündung), Psoriasis (Schuppenflechte) und Uveitis (Augenentzündung) bis hin zu Osteoporose (Knochenschwund). «Glücklicherweise wurden die Beschwerden erst relativ spät in meinem Leben akut», so Willem den Hollander.

Die Bechterew-Diagnose habe er dann mit 55 Jahren

bekommen, jedoch habe es schon zu seinen Studienzeiten einmal ein Verdachtsmoment gegeben. Heute habe er zwar weniger Bechterew-Schübe, aber beschwerdefrei ist er bei Weitem nicht. «Im Moment habe ich vor allem Schmerzen in den Hüften und in den Händen, teilweise wegen der Arthrose. Die Hände sind für mich besonders schlimm, weil ich sie ja für meine technischen Entwicklungen brauche.» Für Willem den Hollander ist es auch entscheidend, wie er sich ernährt. Dies hat einen direkten Einfluss auf die Beschwerden seines Morbus Crohn. Die Finger lässt er deshalb vor allem von Ungekochtem, Salat, Gemüse und allzu vielen Früchten.

### Beruf als Ablenkung

Willem den Hollander ist 1972 von den Niederlanden in die Schweiz gekommen. Er hatte in einer niederländischen Zeitung ein Inserat gesehen, in dem eine amerikanische Firma mit Sitz in Zürich einen Elektroniker suchte. Er hatte davor an der Technischen Universität Delft Elektrotechnik studiert und packte die Gelegenheit. Ein Jahr später hat den Hollander in der Schweiz seine Frau kennengelernt.

Die Firma, für die er arbeitete, war weltweit tätig und entwickelte unter anderem Technologien für den Fernsehempfang, damals noch mit der alten Bildröhren-Technologie. Durch seinen Beruf hat den Hollander die ganze Welt bereist. Die Reisen mit dem vielen Laufen auf den grossen Flughäfen und nicht selten mit zehn Kilogramm Papier im Gepäck taten ihm schon nicht gut. «Doch ich hatte damals andere Sorgen, als mich um meine Gesundheit zu kümmern.» Später dann, wenn er unterwegs war, musste er sich immer überlegen, wo es eine Toilette in der Nähe gäbe.



Während seiner Berufslaufbahn war er hautnah an Neuentwicklungen und Pionierleistungen beteiligt. Mehr als zwanzig Erfindungen hat er mit seinen früheren Kollegen als Patent angemeldet. Und Willem den Hollander ist auch heute noch ein Tüftler. Durch das Bauen von kleinen Geräten in seiner Werkstatt, zuhause in Schlieren ZH, kommt er auf andere Gedanken. «Durch die Herausforderung für das Gehirn lenke ich mich von der Krankheit ab.» Im Moment baut er gerade einen Frequenzzähler, der sich mit Satellitenunterstützung selbst kalibriert. Hiermit kann man zum Beispiel die Frequenz einer Uhr sehr genau messen. «Ein solches Gerät existiert auf dem Markt heute nicht», erzählt er etwas stolz.

### **Tüftler der eigenen Krankheit**

Wenn Willem den Hollander wieder von seinen Krankheiten erzählt, könnte man beinahe meinen, dass man einen Arzt als Gegenüber habe. Durch die lange Erfahrung ist er sozusagen auch ein Tüftler seiner eigenen Behandlung geworden. Denn genau so versiert wie in technischen Fragen ist er über die Jahrzehnte auch in seinen Krankheitsbildern und den Behandlungsmöglichkeiten geworden. Er hat ein grosses Interesse auch für die medizinische Forschung und folgt den Entwicklungen sehr interessiert.

Dabei kann er beispielsweise die Wirkungen von Medikamenten ja an sich selber beobachten und seinen Beitrag zur Behandlung laufend optimieren. So weiss er inzwischen, dass er zwar Bewegung braucht, aber eben nicht zu viel und ohne Belastungen. Deshalb bewegt sich den Hollander vor allem im Haus, legt sich ab und zu wieder auf die Couch, aber nie länger als 10 bis 20 Minuten.

### **Kämpferisch, aber nicht verbissen**

Willem den Hollander verweist aber auch auf gewisse Widersprüche im Umgang mit den verschiedenen Krankheitsbildern. Zum Beispiel, dass man beim Bechterew

eigentlich Bewegung brauche, bei einer Enthesitis (Sehnenansatzentzündung) jedoch Ruhe. Hier gelte es immer, die richtige Balance zu finden. Auch hat er bei den vielen verschiedenen Medikamenten schon positive Effekte festgestellt, die so gar nicht vorgesehen waren. Wenn er zum Beispiel eine Kortisonspritze gegen Schmerzen in den Gelenken bekam, hatte er während der nächsten sechs Wochen keine Schuppenflechte (Psoriasis) mehr. Aus dieser Erfahrung entwickelte sich später eine Therapie, wobei täglich eine geringe Dosis Kortison eingenommen wird. Es ist den Hollander ein wichtiges Anliegen, dass die Patienten mitdenken bei der Behandlung und sich mit dem Arzt besprechen, wenn sie eine bestimmte Wirkung eines Medikaments feststellen.

Trotz aller durchgemachten Schwierigkeiten und Beschwerden durch die verschiedenen Krankheitsbilder hat sich Willem den Hollander nie entmutigen lassen. Jede Diagnose war für ihn nur ein Name, mit dem man einen Zustand beschreibt. Aber der Mensch Willem den Hollander blieb immer der gleiche. «Es lohnt sich nicht, sich aufzuregen. Ich will doch noch Spass am Leben haben!», sagt er. Deshalb hat er immer weitergemacht, interessante Aufgaben gesucht und die Herausforderung seiner verschiedenen Krankheiten immer wieder angenommen. Kämpferisch, aber nicht verbissen.



PD Dr. med. Benjamin Misselwitz

## «In den Gelenken und im Darm laufen ähnliche Prozesse ab»

**Eine häufige Zusatzkrankung des Morbus Bechterew sind entzündliche Darmerkrankungen. Welche Unterschiede und Gemeinsamkeiten es zwischen dem Morbus Bechterew und den Darmerkrankungen gibt, erklärt der Darmspezialist PD Dr. med. Benjamin Misselwitz vom Universitätsspital Zürich (USZ).**

INTERVIEW: LARS GUBLER

### Herr Misselwitz, welches sind die wichtigsten chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen?

Wir unterscheiden die Colitis ulcerosa und den Morbus Crohn. Bei der Colitis ulcerosa ist praktisch ausschliesslich der Dickdarm betroffen und die Schleimhaut ist nur oberflächlich entzündet. Beim Morbus Crohn kann der ganze Magendarmtrakt befallen sein, die ganze Darmwand (nicht nur die Oberfläche) ist entzündet und es kann zu Vernarbungen mit Engstellen und Fisteln (Verbindungen vom Darm zu Haut und anderen Organen) als Komplikationen kommen.

### Weshalb treten der Morbus Bechterew und chronische Darmerkrankungen so häufig zusammen auf?

Entzündungsprozesse nutzen in verschiedenen Körperregionen dieselben molekularen Mechanismen. Auch wenn der Morbus Bechterew und die entzündlichen Darmkrankheiten auf den ersten Blick wenig bis gar nichts gemeinsam haben, spielen sich bei den Erkrankungen ähnliche Prozesse auf der Ebene molekularer Botenstoffe ab. Die Krankheitsverläufe des Morbus Bechterew und der Darmerkrankung verlaufen aber in der Regel nicht parallel.

### Wie häufig treten diese Erkrankungen zusammen auf?

Studien zufolge haben 6 bis 47 % der Patienten mit entzündlichen Darmerkrankungen eine extraintestinale Manifestation, also eine Krankheitsaktivität auch ausserhalb des Darms. Dabei gehört die axiale Arthropathie, also die Gelenkmanifestation im Wirbelsäulenbereich, zu den häufigsten Beschwerden. Aus der anderen, der rheumatologischen Perspektive betrachtet, haben 5–10 % der Patienten einen Morbus Crohn oder eine Colitis ulcerosa und bis zu 70 % der Bechterew-Patienten leichte, unbemerkte Entzündungen im Darmbereich.

### Welche Rolle spielt die Genetik beim gemeinsamen Auftreten der Erkrankungen?

Das Risiko für Patienten mit einer entzündlichen Darmerkrankung, eine extraintestinale Krankheitsmanifestation zu bekommen, ist höher, wenn Eltern oder Geschwister ebenfalls davon betroffen sind. Auch ist es bei Gelenkmanifestation im Wirbelsäulenbereich höher, wenn die Patienten HLA-B27-positiv sind.

### Was passiert bei einem Morbus Crohn oder einer Colitis ulcerosa im Darm?

Der Darm ist das immunologisch aktivste Organ des Körpers, es gibt dort mehr Bakterien, als der ganze menschliche Körper Zellen hat. In einem Gramm Flüssigkeit befinden sich bis zu einer Billion (1 000 000 000 000) Bakterien. Nur den Bruchteil eines Millimeters daneben, im Innern der Darmwand, herrschen aber sterile Verhältnisse. Das Immunsystem ist deshalb sehr stark gefordert. Bei einer entzündlichen Darmerkrankung scheint das Gleichgewicht im Darm verschoben und es werden auch harmlose Darmbewohner und normale Darmstrukturen durch das Immunsystem angegriffen. Warum es zu dieser Immunreaktion kommt, ist noch nicht im Detail verstanden.

### Wie werden die entzündlichen Darmerkrankungen behandelt?

Wie beim Morbus Bechterew werden verschiedene Medikamentenklassen eingesetzt, welche die Entzündung eindämmen sollen. Basis der Therapie sind antientzündliche Medikamente, immunsuppressive Medikamente oder Steroide kurzzeitig im akuten Schub. Bei schwerer Erkrankung spielen wie beim Morbus Bechterew auch TNF-Hemmer eine wichtige Rolle. Neu wurden Medikamente zugelassen, die das Einwandern von Immunzellen in den Darm verhindern können. Weitere neue Medikamente werden in naher Zukunft erwartet. Eine Operation mit Entfernen des gesamten Dickdarms kann eine Colitis ulcerosa bei den meisten Patienten heilen, ist also bei Patienten mit schwerer Erkrankung, die auf Medikamente nicht ansprechen, meist eine insgesamt gute Option. Beim Morbus Crohn kann die Operation die Krankheit nicht heilen, ist jedoch zum Entfernen vernarbter, verengter Darmsegmente oder einer Fistel (Verbindung des Darminnern mit Haut oder einem anderen Organ) oft notwendig.



### «Darm mit Charme»

Der Darm als wichtiges Organ des Menschen hat in jüngster Zeit auch für Aufsehen in der Literaturwelt gesorgt. Die junge Autorin Giulia Enders hat in Deutschland mehr als eine Million Exemplare ihres Buchs «über ein unterschätztes Organ» verkauft und Preise gewonnen. Die Medizinstudentin betrachtet darin auf geistreiche Weise das Funktionieren des Magen-Darm-Trakts. «Darm mit Charme» ist im Buchhandel erhältlich.

### Welches sind die wichtigsten Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen dem Morbus Bechterew und dem Morbus Crohn?

Ein Unterschied ist, dass das Immunsystem normalerweise in Gelenken, die keine Bakterien enthalten, ausser bei Verletzungen oder Infektionen nicht aktiv ist. Im Darm gibt es auch bei gesunden Personen eine hohe Aktivität des Immunsystems. Bei beiden Erkrankungen sind aber immunsupprimierende Medikamente wirksam. Wie beim Morbus Bechterew kann es auch beim Morbus Crohn äussere Auslöser der Krankheit geben, zum Beispiel bakterielle Infektionen. Die beiden Krankheiten brechen in einem ähnlichen Alter, also ab dem Teenageralter bis ca. zum 30. Lebensjahr am häufigsten aus. Beide Krankheiten können Patienten ein Leben lang begleiten und jeder Patient muss mit der Hilfe von uns Ärzten einen Weg finden, mit der Krankheit umzugehen. Vor dieser Lebensleistung bei Patienten mit langen Krankheitswegen habe ich immer sehr grossen Respekt.

### In welche Richtung wird bezüglich des gemeinsamen Auftretens der beiden Erkrankungen geforscht?

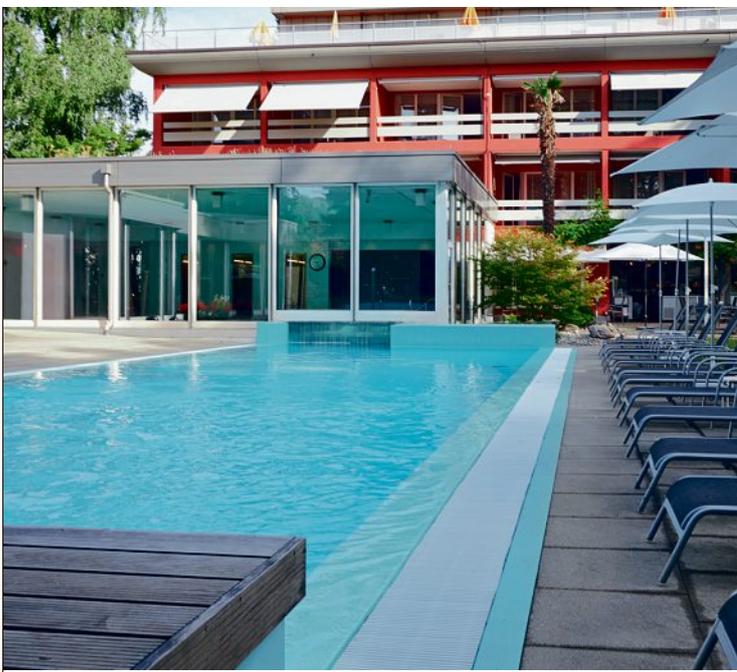
Es ist wichtig, bei beiden Krankheitsbildern noch mehr über die Ursachen herauszufinden, um die Krankheitsprozesse im Körper besser zu verstehen. So können mittlerweile andere Erkrankungen wie das Magengeschwür oder Hepatitis C nachhaltig behandelt und geheilt werden. Solch einen Durchbruch sollte es auch bei Morbus Crohn und Colitis ulcerosa geben. Als Forschungs- und Lehrspital ist es für uns sehr wichtig, auf die Erfahrungen der Patienten zu hören. Wir sollten nicht davon ausgehen, dass wir als Ärzte grundsätzlich besser Bescheid wissen über die Krankheit als die Patienten. Wenn wir von Patienten etwas Interessantes hören, prüfen wir dies in einer Studie. So erhielten wir zum Beispiel Hinweise darauf, dass Aufenthalte auf über 2000 Metern über dem Meer oder Flugreisen bei Patienten mit chronischer Darmentzündung einen Krankheitsschub auslösen können. Dies haben wir dann mit einem Fragebogen bei Patienten systematisch überprüft. Als nächsten Schritt hat die Arbeitsgruppe von Prof. Rogler dann eine Studie gemacht: Bei Patienten und gesunden

Freiwilligen wurden mit einer Druckkammer Höhen von über 2000 Metern über dem Meer simuliert. Die Resultate werden gerade ausgewertet.

Ähnlich dem Swiss Clinical Quality Management (SCQM) für entzündlich-rheumatische Erkrankungen gibt es auch für entzündliche Darmerkrankungen in der Schweiz ein Patientenregister, die sogenannte «Swiss IBD cohort study» (SIBDC) unter Leitung von Prof. Rogler. «IBD» steht für «inflammatory bowel diseases», also entzündliche Darmerkrankungen. Mit den Daten ist es möglich, interessante Fragestellungen zur Krankheitsausprägung, zu Erfolgen und Grenzen von Therapie und den Folgen für Leben und Befinden der Patienten zu beantworten.

Gerade im Moment läuft unter Federführung von Prof. Rogler und PD Dr. Biedermann eine Studie, die den Effekt eines Extrakts der Heidelbeerpflanze auf die Darmentzündung testet. Nachdem wir bei einer kleinen Patientengruppe hier am USZ gute Ergebnisse hatten, wird diese Studie nun an mehreren Krankenhäusern in ganz Europa überprüft. Solche Studien sind sehr aufwendig und teuer. Es ist aber wichtig, dass auch solche Ansätze verfolgt werden und nicht nur von der Pharmaindustrie entwickelte, teure Medikamente untersucht werden.





**Zum Stern**  
 ★★★★★  
 BAD HOGASTEIN

**STERNSTUNDEN  
 FÜR IHRE GESUNDHEIT**

Radontherapie und gebündelte Kernkompetenzen  
 im Gasteiner Heilstollen bzw. im Therapiezentrum

DAS DOMIZIL FÜR IHRE KUR IM URLAUB  
 „KLEIN, FEIN UND GEMÜTLICH“



**HOTEL ZUM STERN**  
 Weitmoserstr. 33 • 5630 Bad Hofgastein • Tel.: +43-6432/8450  
 info@zumstern.com • www.zumstern.com

**Unser Salz versüsst  
 Ihnen jede Wetterlage.  
 EDEN Solebad**

**Hotel EDEN im Park \*\*\*\***  
 Rheinfelden, hoteleden.ch



**Ihr familiär geführtes Hotel für Gesundheit,  
 Kur und Geborgenheit, die man spürt.**

- Hallenschwimmbad mit Gegenströmung
- Thermalsprudelbecken, Thermalwannenbäder
- Thermalwassertrinkbrunnen
- Infrarotkabine, Wärmekabine
- Sauna mit Lichttherapie, Sole-Inhalationsgrotte
- Fitnessraum, Billard
- gediegene Nichtraucherzimmer mit Bergblick
- reichhaltiges Frühstücksbuffet mit Vitalecke
- 3 Wahl-Hauptgangmenü
- W-Lan im gesamten Haus kostenlos

Laut wissenschaftl. Studie bewirkt die **Heilstollenkur** eine signifikante **Schmerzlinderung** und **Medikamentenreduktion** von 6-9 Monaten. Bei Morbus Bechterew ist der Kurerfolg einzigartig und nachhaltig.

**SCHNUPPERKUR**

7 ÜN/HP, 1 x Stollen, 5 Kuranwendungen nach Wahl,  
 1 persönlich geführtes Orientierungsgespräch im  
 Haus mit Fr. Dr. Klammer (Klinsche- und Gesundheits-  
 psychologin mit Spezialisierung auf rheum.Erkrankungen)  
**ab EUR 699,00 pro Person**

**KLASSISCHE HEILSTOLLENKUR - 14 TAGE**

14 ÜN/HP, 8 x Stollen, 2 Teilmassagen,  
 1 persönlich geführtes Orientierungsgespräch  
**ab EUR 1.750,00 pro Person**

**KLASSISCHE HEILSTOLLENKUR - 21 TAGE**

21 ÜN/HP, 10 x Stollen, 2 Teilmassagen,  
 1 persönlich geführtes Orientierungsgespräch  
**ab EUR 1.995,00 pro Person**

**Hotel  
 Carinthia**  
 Bad Hofgastein  
 Salzburger Land - Österreich

Dr. Zimmermannstraße 2  
 5630 Bad Hofgastein  
 Österreich

Tel. +43 6432 8374  
 info@hotel-carinthia.com  
 www.hotel-carinthia.com

# GASTEINER HEILSTOLLEN

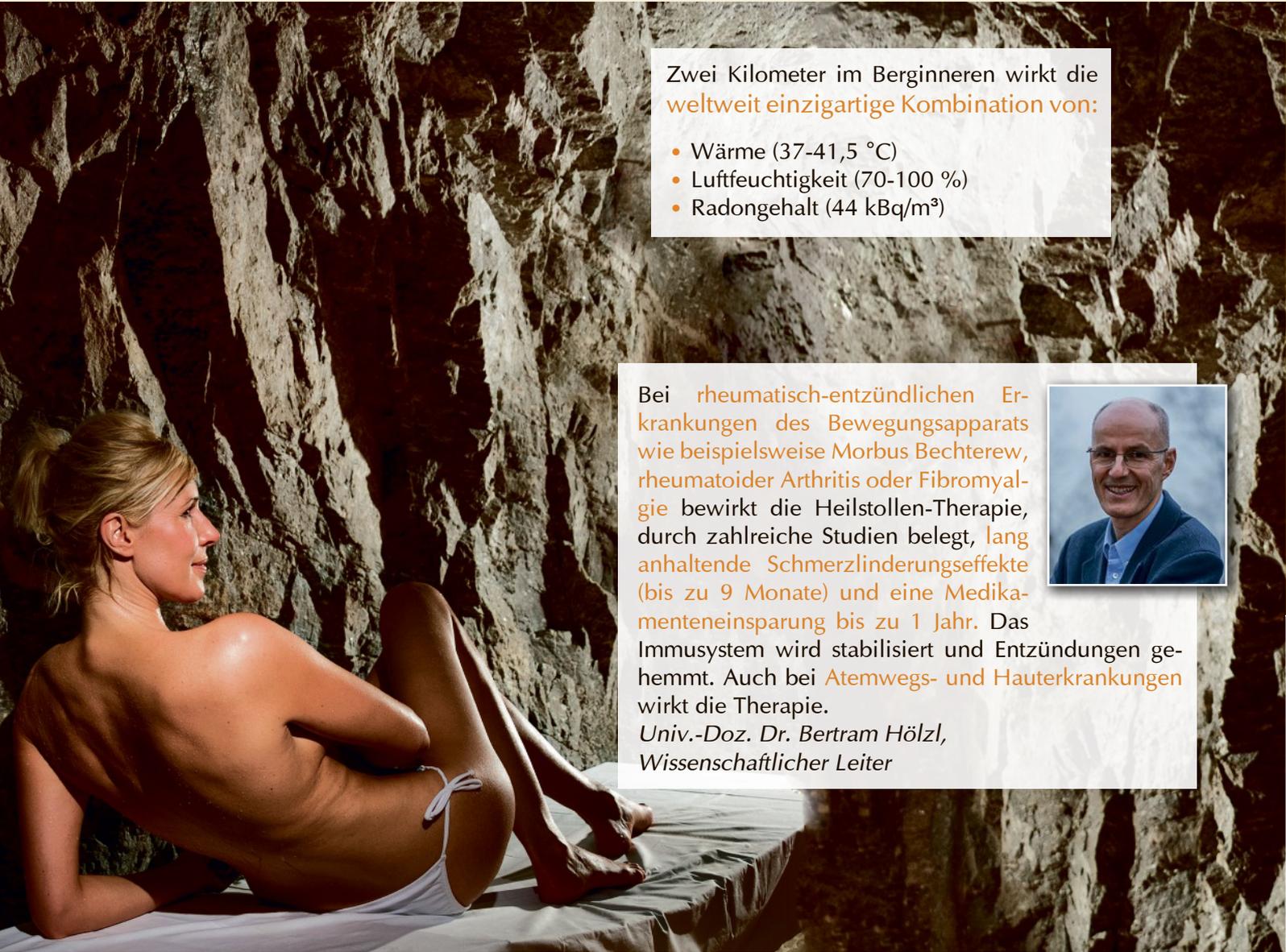
« Natürlich schmerzfrei leben durch  
das weltweit einzigartige Heilklima »

Zwei Kilometer im Berginneren wirkt die  
weltweit einzigartige Kombination von:

- Wärme (37-41,5 °C)
- Luftfeuchtigkeit (70-100 %)
- Radongehalt (44 kBq/m<sup>3</sup>)

Bei rheumatisch-entzündlichen Erkrankungen des Bewegungsapparats wie beispielsweise Morbus Bechterew, rheumatoider Arthritis oder Fibromyalgie bewirkt die Heilstollen-Therapie, durch zahlreiche Studien belegt, lang anhaltende Schmerzlinderungseffekte (bis zu 9 Monate) und eine Medikamenteneinsparung bis zu 1 Jahr. Das Immunsystem wird stabilisiert und Entzündungen gehemmt. Auch bei Atemwegs- und Hauterkrankungen wirkt die Therapie.

Univ.-Doz. Dr. Bertram Hölzl,  
Wissenschaftlicher Leiter



„Ich fahre alle 2 Jahre auf Kur in den Gasteiner Heilstollen. Direkt danach nehmen die Schmerzen etwas zu, aber nach 4 Wochen bin ich für 1 ½ Jahre fast schmerzfrei und benötige kaum mehr Schmerzmittel. Der Heilstollen ist für mich wie eine Droge, nach 1 ½ Jahren verlangt mein Körper wieder danach. Dann freue ich mich wieder darauf.“

Karl Obermoser, 54 Jahre, St. Ulrich am Pillersee (Ö)  
Diagnose: Morbus Bechterew

Beratungstermin: Internationale kostenlose  
Rufnummer: 00800 6006 7878

Die Heilstollen-Therapie ist von österreichischen  
und deutschen Krankenkassen anerkannt.

Weitere Informationen finden Sie unter  
[www.gasteiner-heilstollen.com](http://www.gasteiner-heilstollen.com)

Gasteiner Kur-, Reha- und Heilstollen Betriebsges.m.b.H.  
Heilstollenstraße 19 | 5645 Böckstein - Bad Gastein | Österreich  
T +43 (0)6434 3753-0 | [info@gasteiner-heilstollen.com](mailto:info@gasteiner-heilstollen.com)  
[www.gasteiner-heilstollen.com](http://www.gasteiner-heilstollen.com)





Ermäßigte Gasteiner Heilstollenpauschalen für 1, 2 oder 3 Wochen



## Gesundheitskompetenz & Verwöhnangebot

Alpine Eleganz und österreichische Gemütlichkeit kennzeichnen unser 4-Sterne-Superior-Hotel. Traumhaft schöne Lage mit 6.000 m<sup>2</sup> Garten

- Rundum-Sorglos-Kurpaket
- Wunderschöne geräumige Zimmer, alle mit Balkon und Panoramablick
- Hervorragende Gourmetküche. 3 Wahlmenüs und 1 Gesundheitsmenü. Mittagsschmankerl inklusive!
- **Wasserwelt & Wellnessparadies de luxe 1700 m<sup>2</sup>** und neuer SPA-Bereich
- **Einzigartig im Gasteinertal:** 4 Thermalschwimmbäder, d.h. 2 Thermalhallenbäder und 2 Thermal Freibäder mit 33 °C ganzjährig
- **Inklusive:** Heilgymnastik-Programm, Wassergymnastik, Rückenschule, Fahrräder, u.v.m.

• **Medizinische Kurabteilung & SPA** mit allen Anwendungen der Gasteiner Kur. Kurarzt-Visite direkt im Haus. Thermal-Radon-Wannenbäder-Abteilung. Wir beraten Sie gerne persönlich und organisieren für Sie die gesamte Kur.

• **Gasteiner Heilstollenkur -wissenschaftlich belegt:** Langanhaltende Schmerzlinderung (bis zu 9 Monate) Signifikante Medikamentenreduktion (bis zu 11 Monate) Vor allem nachhaltige Erfolge bei Morbus-Bechterew-Patienten.

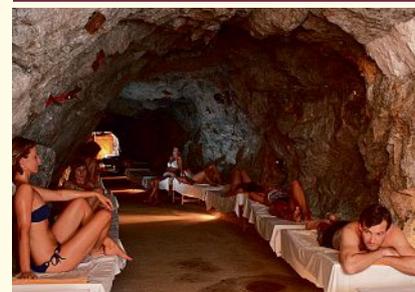
**HEILSTOLLENKUR: ab € 1.987,- p. P.**  
14 ÜN/HP, 6x Stollen, 8 Kuranwendungen, Kurarztvisite

**SCHNUPPERKUR: ab € 848,- p. P.**  
7 ÜN/HP, 1 x Stollen, 5 Kuranwendungen, Kurarztvisite

**oder: HP € 99,- bis € 139,- p./P./Tag**  
je nach Zimmer-Kategorie & Saison

VERWÖHNHOTEL  
SUPERIOR  
**Bismarck**  
Von allem ein bisschen mehr...

**Verwöhnhotel Bismarck**  
Alpenstraße 6  
A-5630 Bad Hofgastein  
Tel. +43 (0)6432/6681-0  
Fax +43 (0)6432/6681-6  
info@hotel-bismarck.com  
[www.hotel-bismarck.com](http://www.hotel-bismarck.com)



Wir starten durch,  
mit neuem Wind...

**SALZBURGER LAND**

Da gebt's mir gut

# WINKLER

Ihr ideales Hotel mit familiärem Flair für Gesundheit, Prävention und Vitalität

**KUR- & SPORHOTEL WINKLER**  
5630 BAD HOFGASTEIN · Pfarrgasse 4  
Tel.: 0043-(0)6432-6248 · Fax: 0043-(0)6432-7410  
[www.hotel-winkler.com](http://www.hotel-winkler.com) · [info@hotel-winkler.com](mailto:info@hotel-winkler.com)

**APPARTEMENTHAUS WINKLER**  
5630 BAD HOFGASTEIN · Wasserfallgasse 17  
Tel.: 0043-(0)6432-8688 · Fax: 0043-(0)6432-7410  
[www.hotel-winkler.com](http://www.hotel-winkler.com) · [info@hotel-winkler.com](mailto:info@hotel-winkler.com)

**GÄSTEHAUS IM PFARRHAUS**  
5630 BAD HOFGASTEIN · Pfarrgasse 6  
Tel.: 0043-(0)6432-6248 · Fax: 0043-(0)6432-7410  
[www.hotel-winkler.com](http://www.hotel-winkler.com) · [gaestehaus@hotel-winkler.com](mailto:gaestehaus@hotel-winkler.com)

### Gesundheits – Pauschale für 21 Tage

21 Tage Halbpension, Kurtaxe, 6 Radon-Thermalbäder, 6 x Manuelle Physiotherapie (Einzeltherapie), 6 Teilmassagen á 15 min., 6 x Unterwassertherapie mit Druckschlauchmassage, Erstordination beim Kurarzt zur Kurplanerstellung, 1 physioth. Befunderhebung (für eine optimale Behandlung) / ab 2.152,-

### Kur-Klassik-Stollen oder Kur-Klassik-Radon-Thermal-Wasser Pauschale für 21 Tage

21-Tage Halbpension, Kurtaxe, Wahlweise: 10 Heilstolleneinfahrten mit Transfer oder 12 Radon-Thermalbäder, 6 Teilmassagen á 15 min., 6 Manuelle Physiotherapien (Einzeltherapie), Erstordination beim Kurarzt zur Kurplanerstellung, 1 physioth. Befunderhebung (für eine optimale Behandlung) / ab 2.004,-

### Fibromyalgie – Kombipauschale für 21 Tage

21 Tage Halbpension, Kurtaxe, 6 Einfahrten in den Gasteiner Heilstollen mit Transfer, 6 Radon-Thermalbäder, 6 Lymphdrainage 30 min., Erst- und Schlußuntersuchung beim Kurarzt inkl. Kurbericht / ab 2.190,-

Gerne bieten wir diese Pauschalen auch für 2 Wochen an oder gestalten auch individuell Ihre Gesundheits- oder Wellnesspauschale von 7 bis 21 Tagen!



Reaktiv® Fitness Gyms  
Reaktiv® Rücken  
Reaktiv® Walking  
Reaktiv® Physio  
Reaktiv® Faszientraining





Bilder: Mike Kieger/Lea Walker

Das Abendprogramm sorgte für gute Stimmung bei den Teilnehmern.

## Schweizerisches Bechterew-Treffen am «Tor zur Ostschweiz»

**220 Mitglieder der SVMB und ihre Angehörigen trafen sich am 20. Mai zum 39. Schweizerischen Bechterew-Treffen in Winterthur ZH. Neben den ordentlichen Geschäften galt es, den spannenden Referaten zuzuhören und die zweitgrösste Stadt des Kantons Zürich zu entdecken. Auch die Geselligkeit kam nicht zu kurz. (lg)**

Bei angenehmen Temperaturen und teils sonnigem, meist trockenem Wetter traf sich die Bechterew-Gemeinde, bestehend aus Betroffenen und ihren Angehörigen sowie Fachärzten, in der sechstgrössten Schweizer Stadt Winterthur zum 39. Schweizerischen Bechterew-Treffen. Genauer gesagt im Casinotheater Winterthur direkt beim Hauptbahnhof. Die Kultur- und Eventlocation ist ein Grund für das Image Winterthurs als junge, lebendige Kultur- und Bildungsstadt. Auf diese Aspekte der Stadt ging auch Stadtpräsident Michael Künzle in seinen Grussworten an die Betroffenen und ihre Angehörigen ein. Als Stadtpräsident sei er schon etwas stolz, wie Winterthur den Wandel von der Industrie- zur Bildungs- und Kulturstadt geschaffen habe. «Und stolz sein können auch Sie als Bechterew-Betroffene und Mitglieder der Bechterew-Vereinigung», sagte er ans Publikum gerichtet. «Ohne Patientenorganisationen wie die SVMB wäre das Gesundheitswesen

völlig überfordert.» Der Stadtpräsident wünschte allen Anwesenden schliesslich einen schönen Aufenthalt in seiner Stadt und bat ausdrücklich: «Sagen Sie es weiter, wenn es Ihnen bei uns gefallen hat, und behalten Sie es für sich, wenn nicht.»



Michael Künzle, Stadtpräsident von Winterthur, lobte die Bechterew-Betroffenen für ihr Engagement.

### Wichtige Entwicklungen

Bevor sich die Teilnehmenden aber selber ein Bild von dieser interessanten Stadt machen konnten, gab es zuerst noch verschiedene interessante Referate und Programmpunkte im Casinotheater. Den Anfang machte Dr. med. Adrian Forster, Chefarzt Rheumatologie am Kantonsspital Winterthur (KSW) und Präsident der Stiftung SCQM (Swiss Clinical Quality

Management), welche die schweizerische Bechterew-Datenbank führt. Er zeigte in einem kurzweiligen und reich illustrierten Vortrag die Entwicklung der Bechterew-Behandlung von den brutalen Methoden wie dem Luxationstisch oder dem Anlegen von Brandwunden im Nacken über Badeskuren, bei denen die Patienten bis zu 50 Stunden im Wasser waren, bis zu den ersten Therapiekonzepten für rheumatische Erkrankungen im 19. Jahrhundert. Weiter ging die Zeitreise über Röntgenbestrahlung und Gipskorsette bis zur Bechterew-Gymnastik, den heute verfügbaren Medikamenten und, wenn nötig, Aufrichteoperationen (sogenanntes Dreisäulenprinzip). Für die Zukunft sieht Adrian Forster vor allem zwei Entwicklungen als wichtig an: einerseits das Hinzukommen neuer Wirkstoffe und dadurch andererseits die auf jeden Patienten optimal zugeschnittene Behandlung mit weniger Versuchen oder unerwünschten Wirkungen.

### Verleihung des Forschungspreises

Nach einer Pause mit Bewegungsübungen, die von einer Physiotherapeutin sehr professionell und humorvoll vorgezeigt wurden, wurde bereits ein wichtiger Schritt in Richtung einer optimierten Behandlung präsentiert, nämlich bei der Verleihung des Forschungspreises 2017 der Schweizerischen Bechterew-Stiftung (siehe



In der Nagelfabrik «Nagli» erfuhren die Teilnehmenden, wie man Nägel herstellt, und konnten gleich «Nägel mit Köpfen» machen.

Artikel auf den Folgeseiten). Der diesjährige Preisträger, Dr. med. Michael J. Nissen, Rheumatologe an der Universitätsklinik Genf (HUG), fand zusammen mit seinen Kollegen heraus, dass bei einer Behandlung mit TNF-Alpha-Hemmern ein sogenanntes Basismedikament die Aufrechterhaltung der Therapie verbessern kann. Die Forscher nutzten dazu Daten aus der SCQM-Datenbank. Der Forschungspreis der Schweizerischen Bechterew-Stiftung ist mit 15 000 Schweizerfranken dotiert, der Betrag wird in neue Projekte zugunsten der Bechterew-Forschung investiert. PD Dr. med. Adrian Ciurea, seit Anfang Jahr Präsident der Schweizerischen Bechterew-Stiftung und beratender Arzt der SVMB, stellte die

ausgezeichnete Arbeit vor und übergab dem Preisträger anschliessend einen symbolischen Check.

#### **Einstimmigkeit bei der Mitgliederversammlung**

An der 39. Generalversammlung der SVMB wurden neben den ordentlichen Traktanden zwei Personen verdankt, die sich ganz besonders für die Menschen mit Morbus Bechterew verdient gemacht haben. Es sind dies Roland Brunner und Alain Pirlet. Der heutige Vizepräsident Roland Brunner gehört seit nunmehr 20 Jahren dem Vorstand der SVMB an und hat in verschiedenen Funktionen zum Erfolg der Vereinigung beigetragen. Der Physiotherapeut Alain Pirlet leitet seit vielen Jahren die Therapiegruppe in Fribourg und hat sich als Organisator von zahlreichen Aktivitäten für die SVMB in der Westschweiz stark gemacht.



SVMB-Vizepräsident Roland Brunner wurde von Präsidentin Christine Kaufmann für sein langjähriges Engagement im Vorstand verdankt.

bei der letzten Gruppe ging es schliesslich eher um Handwerkskunst. Auf der Führung durch die Nagelfabrik Winterthur durften die Teilnehmenden mit eigener Muskelkraft an den Maschinen von 1895 einen Nagel herstellen. Beim anschliessenden Apéro und Abendessen im Casinotheater Winterthur gab es dann bei geselliger Atmosphäre weitere Gelegenheiten für den wertvollen Austausch zwischen den Betroffenen, ihren Angehörigen, aber auch mit Ärzten und weiteren Fachpersonen. Abgerundet wurde der gelungene Tag durch ein Abendprogramm mit den Komikern von «Comixnix», Barbetrieb und Tanz.



Dr. med. Adrian Forster zog das Publikum mit seinem Vortrag über die Bechterew-Therapie in den Bann.

#### **Eintauchen in die Kulturstadt**

Nach so vielen spannenden Referaten und Informationen waren die Teilnehmenden bereit, um auf verschiedenen Führungen in die Kulturstadt Winterthur einzutauchen. Während die einen durch die hübschen Altstadtgassen Winterthurs flanierten, liessen sich andere von der postindustriellen Umgebung des Sulzerareals beeindrucken. Eine Gruppe liess sich im renommierten Kunstmuseum Winterthur auf bedeutende Kunstwerke vom 19. Jahrhundert bis zur Gegenwart ein. Und

## Forschungspreis 2017: Braucht es zusätzlich zu den TNF-Alpha-Hemmern ein Basismedikament?

**Braucht es zusätzlich zu den TNF-Alpha-Hemmern ein sogenanntes Basismedikament wie Methotrexat? Diese Frage ist beim Morbus Bechterew umstritten. Viele Ärzte verschreiben weiterhin eine Co-Therapie. In dieser Studie wird gezeigt, dass dies die Aufrechterhaltung der TNF-Alpha-Hemmer-Therapie verbessern kann – vor allem bei Patienten, die mit Infliximab behandelt werden.**

DR. MED. MICHAEL J. NISSEN, LEITENDER  
ARZT, KLINIK FÜR RHEUMATOLOGIE,  
UNIVERSITÄTSSPITAL GENÈVE (HUG)

### Die Jury des Forschungspreises 2017 der Schweizerischen Bechterew-Stiftung besteht aus folgenden Personen:

- Prof. Diego Kyburz
- Prof. Alexander So
- Prof. Peter Villiger
- René Bräm (Stiftungsrat)
- PD Dr. med. Adrian Ciurea (Stiftungspräsident)
- Prof. Oliver Distler
- Prof. Cem Gabay

Adrian Ciurea, Oliver Distler und Cem Gabay sind bei der Wahl der besten Arbeit in den Ausstand getreten.

Sogenannte Biologika oder TNF-Alpha-Hemmer sind äusserst wirksam bei der Behandlung des Morbus Bechterew. Bei der Rheumatoiden Arthritis (RA) wurde schon früher nachgewiesen, dass die Kombination eines TNF-Alpha-Hemmers mit einem Basismedikament wie Methotrexat zu einer Erhöhung der Wirksamkeit des TNF-Alpha-Hemmers, einer Verringerung der Krankheitsaktivität und einer Verlängerung der Aufrechterhaltung der TNF-Alpha-Hemmer-Behandlung führt. Diese Frage war beim Morbus Bechterew bislang ungeklärt.

Obwohl die Mehrheit der Bechterew-Patienten sehr gut auf die Behandlung mit TNF-Alpha-Hemmern reagiert, erreichen ungefähr 40 % keine genügende Wirksamkeit. Die gleichzeitige Verwendung eines Basismedikaments wie Methotrexat könnte die Wirksamkeit der TNF-Alpha-Hemmer jedoch verbessern. Dies ist beim Morbus Bechterew besonders wichtig, da im Falle eines Scheiterns der ersten Behandlung im Vergleich zur Rheumatoiden Arthritis viel weniger Klassen biologischer Stoffe zur Verfügung stehen.

Die aktuellen internationalen Empfehlungen von ASAS (Assessment of SpondyloArthritis international Society) und der EULAR (European League Against Rheumatism) sehen für Bechterew-Betroffene keine Funktion für Basismedikamente wie Methotrexat in Kombination mit einem TNF-Alpha-Hemmer. In den Langzeitstudien über Morbus Bechterew kann man jedoch eine grosse Häufigkeit der Verwendung von Basismedikamenten sowohl als Monotherapie wie auch als Co-Therapie (in Kombination mit einem TNF-Alpha-Hemmer) mit Quoten von bis zu 61 % beobachten.



PD Dr. med. Adrian Ciurea (links), Präsident der Schweizerischen J. Nissen den symbolischen Check für den Forschungspreis 2017.

### «Gap» zwischen Forschung und Praxis

Obwohl die Basismedikamente bei Bechterew-Patienten keine offensichtliche Funktion in Kombination mit einem TNF-Alpha-Hemmer haben, verschreiben viele Ärzte diese Kombination weiterhin. Deshalb wird in dieser Studie nach einem potenziellen Nutzen von Basismedikamenten in Kombination mit TNF-Alpha-Hemmern für Bechterew-Patienten gesucht. Zu diesem Zweck wurden Daten aus dem Schweizerischen «Bechterew-Register» Swiss Clinical Quality Management (SCQM) verwendet.

Für die Studie wurden 1914 Patienten mit Morbus Bechterew in die Untersuchung aufgenommen, mit einem Total von 2765 Behandlungsepisoden mit einem TNF-Alpha-Hemmer. Am Startpunkt waren 55,3 % der Probanden männlich, das Durchschnittsalter lag bei 41,7 Jahren, die durchschnittliche Krankheitsdauer bei 8,3 Jahren und die Dauer der medizinischen Betreuung bei 5 Jahren. 79,6 % der Probanden waren in einer Monotherapie und 20,4 % in einer Co-Therapie (TNF-Alpha-Hemmer und Basismedikament). In 77,2 % der Fälle war das benutzte Basismedikament Methotrexat, in 21,2 % Sulfasalazin (Salazopyrin), in 8,3 % Leflunomid



Bechterew-Stiftung, übergab dem Preisträger Dr. med. Michael J. Nissen den Forschungspreis 2017 der Schweizerischen Bechterew-Stiftung.  
Bild: Mike Klegler

(Arava) und in 1,6 % der Fälle ein anderes Basismedikament. Die durchschnittlich benutzte Dosis war bei Methotrexat 13,6 mg pro Woche und bei Sulfasalazin 1,8 g pro Tag. In 26,1 % der Fälle war der verschriebene TNF-Alpha-Hemmer Infliximab (Remicade), in 33,3 % Adalimumab (Humira), in 27,5 % Etanercept (Enbrel), in 12,3 % Golimumab (Simponi) und in 0,8 % der Fälle Certolizumab pegol (Cimzia).

Im Vergleich zu den Patienten mit einer Monotherapie waren die Patienten mit einer Co-Therapie statistisch signifikant weniger häufig HLA-B27-positiv (62,1 % vs. 67,0 %) und besonders anfällig auf periphere Gelenksbeschwerden (72,2 % vs. 52,7 %). Zudem wurden die Patienten mit einer Co-Therapie statistisch häufiger mit Infliximab behandelt und weniger oft mit einem anderen TNF-Alpha-Hemmer.

#### Positiver Effekt auf Abbruchrate

Die durchschnittliche Aufrechterhaltung der TNF-Alpha-Hemmer-Behandlung war bei den Patienten mit einer Co-Therapie im Vergleich zu den Patienten mit einer Monotherapie deutlich länger (3,3 Jahre vs. 2,7 Jahre). In den «angepassten» Analysen (bezüglich zahlreicher potenziell

verwirrender Faktoren wie Alter, Geschlecht, Krankheitsdauer, Bildungsniveau, Vorhandensein von ASAS-Klassifikationskriterien, Entzündungsmarkern (CRP), Tabak, usw.) war es 17 % wahrscheinlicher, dass Patienten mit einer Monotherapie die Behandlung abbrachen, als solche mit einer Co-Therapie. Ausserdem war es 36 % wahrscheinlicher, dass Patienten mit Infliximab als Monotherapie die Behandlung abbrachen. Die Faktoren, die auf eine längere Aufrechterhaltung der Behandlung mit einem TNF-Alpha-Hemmer hinwiesen, waren das männliche Geschlecht, die Anwesenheit von ASAS-Kriterien, erhöhte Entzündungsmarker (CRP) und eine kürzere Krankheitsdauer.

#### Kein Einfluss auf Krankheitsaktivität

Nach zwölf Monaten gab es keinen bedeutenden Unterschied zwischen den Gruppen mit Monotherapie und jenen mit Co-Therapie bezüglich der Krankheitsaktivität, die anhand der BASDAI- (Bath Ankylosing Spondylitis Disease Activity Index) und der ASDAS-Werte (Ankylosing Spondylitis Disease Activity Score) gemessen wird.

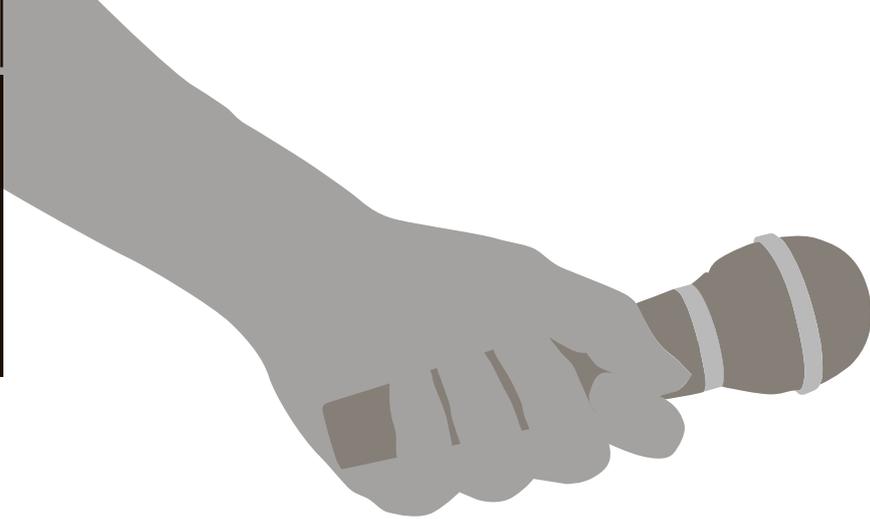
Schliesslich konnte kürzlich von Schweizer Forschern ebenfalls dank der SCQM-Datenbank nachgewiesen werden, dass der Tabakkonsum ein gutes Ansprechen auf die TNF-Alpha-Hemmer-Behandlungen beim Morbus Bechterew verhindert. Auch in unserer Studie zeigte sich, dass der Vorteil bezüglich der Aufrechterhaltung der TNF-Alpha-Hemmer-Behandlung in der Gruppe mit Co-Therapie bei Rauchern, in der gesamten Kohorte sowie in der Untergruppe der mit Infliximab behandelten Patienten nicht vorhanden war. Einige

#### Video-Interview mit Dr. med. Michael J. Nissen, Preisträger des Forschungspreises 2017 der Schweizerischen Bechterew-Stiftung

Im Video-Interview gibt Dr. med. Michael J. Nissen, Preisträger des Forschungspreises 2017 der Schweizerischen Bechterew-Stiftung, Auskunft über seine Arbeit und die Motivation, Forschung zur Verbesserung der Lebensqualität von Menschen mit Morbus Bechterew zu betreiben. Das Interview ist unter [www.bechterew.ch](http://www.bechterew.ch) zu finden.

Autoren vermuten, dass der Tabak die Grundstoffumsatzrate erhöht und deshalb die Wirksamkeit von Basismedikamenten wie Methotrexat verringern kann. Dies ist also ein zusätzliches Argument, um den Rauchstopp bei den Patienten mit Morbus Bechterew zu fördern.

Abschliessend kann man sagen, dass eine TNF-Alpha-Hemmer-Behandlung ein sehr wirksames Mittel zur Kontrolle des Morbus Bechterew ist. Die Empfehlungen internationaler Experten weisen zwar darauf hin, dass Basismedikamente in Kombination mit TNF-Alpha-Hemmern keine Funktion haben. Wir weisen dennoch darauf hin, dass die Verwendung eines Basismedikaments wie Methotrexat in Kombination mit einer TNF-Alpha-Hemmer-Behandlung die Aufrechterhaltung des TNF-Alpha-Hemmers verbessern könnte, und dass der Nutzen einer Co-Therapie bei Patienten, die mit Infliximab behandelt werden, und bei Nichtrauchern besonders gross scheint.



## «Wichtige Impulse für die Forschung»

**Die Schweizerische Bechterew-Stiftung fördert die wissenschaftliche Forschung zugunsten der Bechterew-Betroffenen. Im Doppelinterview erzählen der bisherige und der neue Stiftungspräsident, Prof. Dr. med. Rudolf Kissling und PD Dr. med. Adrian Ciurea, wie sich die Stiftung seit den Anfängen entwickelt hat und weshalb sie immer noch eine wichtige Aufgabe hat.**

INTERVIEW: LARS GUBLER

**Dr. Ciurea, Sie haben Anfang Jahr das Präsidium der Schweizerischen Bechterew-Stiftung übernommen. Was ist der Zweck der Bechterew-Stiftung und welche Aufgaben möchten Sie als deren Präsident anpacken?**

Die Stiftung hat zwei wichtige Ziele: Zum einen fördert sie die wissenschaftliche Forschung auf dem Gebiet des Morbus Bechterew und seiner verwandten Krankheiten. Andererseits unterstützt die Stiftung Bestrebungen, die Öffentlichkeit über die Krankheit aufzuklären. Das zweite Ziel ist einfacher zu erreichen, wenn man neue Forschungsergebnisse präsentieren kann. Die Forschung soll die Behandlung der Betroffenen und damit auch ihre Lebensqualität verbessern.

**Prof. Kissling, Sie waren ein Mann der ersten Stunde bei der Schweizerischen Bechterew-Stiftung. Können Sie kurz die Anfänge beschreiben und schildern, wie sich die Arbeit der Stiftung in den letzten 15 Jahren entwickelt hat?**

Ich kann mich noch gut an die Anfänge der Stiftung erinnern. Wir haben viel Zeit investiert, uns zu überlegen, welchen Zweck die Stiftung erfüllen sollte und wie wir die Statuten entsprechend formulieren sollten. Auch die Patienten waren damals schon vertreten. Unser oberstes Ziel war, die Bechterew-Forschung in der Schweiz voranzutreiben und die dazu nötigen finanziellen Mittel zu generieren. Einen enorm wertvollen Beitrag leistete da über viele Jahre Werner M. Wolf (1925–2004), der Stifter des «Werner-M.-Wolf-Forschungspreises» (heute «Forschungspreis der Schweizerischen Bechterew-Stiftung»).

**Dr. Ciurea, Sie sind als Rheumatologe am Universitätsspital Zürich (USZ) selber an vorderster Front in der Forschung aktiv. Welches sind die grossen Themen, die die Bechterew-Forschung zurzeit beschäftigen?**

An spannenden Themen mangelt es uns tatsächlich nicht in der Bechterew-Forschung, verstehen wir doch noch immer nicht genau, wie die Knochenneubildung und ihre genauen Mechanismen beim Morbus Bechterew funktionieren. Auch bei den heute gängigen Behandlungsmethoden bleiben viele Fragen offen, allen voran, wie diese die Verknöcherung hemmen oder zumindest verlangsamen können. Und schliesslich stehen uns auch auf dem Gebiet der Genetik Neuigkeiten bevor. So wissen wir ja bereits, dass sich die Vererbbarkeit des Morbus Bechterew nicht auf den Erbfaktor HLA-B27 beschränkt.

**Prof. Kissling, die Fortschritte in der Bechterew-Forschung der letzten 15 Jahre waren beträchtlich. Welches waren für Sie die grössten Meilensteine?**

Die wichtigsten Fortschritte für die Betroffenen waren sicher die Verbesserung der Diagnosekriterien, die Untersuchung mittels Ganzkörper-MRI (Magnetresonanztomographie) sowie vor gut zehn Jahren die Einführung der Biologika. Früher und heute war und ist es so, dass ohne die Vorarbeit der älteren Generation die Arbeit der jüngeren Ärzte nicht möglich wäre. Durch die Stiftung konnten Kontakte im In- und Ausland geknüpft und neue Projekte auf den Weg gebracht werden. Und der Forschungspreis gab wichtige Impulse für die Forschung. Zentral war auch der Aufbau der Schweizerischen Bechterew-Kohorte bei Swiss Clinical Quality Management (SCQM). Ohne diese weltweit einmalige Datenbank wären die heutigen Forschungsprojekte nicht möglich.

**Dr. Ciurea, was ist Ihres Erachtens nötig, um in der Bechterew-Forschung noch weitere Fortschritte zu erzielen?**

Wir sind in der glücklichen Lage, mit der Schweizerischen Bechterew-Kohorte bei SCQM über eine weltweit einmalige Datenmenge zu verfügen. Was uns vor allem fehlt, sind junge Forschende, um diese zu analysieren. Gerade wir Ärzte an den Universitätskliniken sind deshalb gefordert, die nächste Generation von Forschern auszubilden.



Der bisherige und der neue Präsident der Schweizerischen Bechterew-Stiftung: Prof. Dr. med. Rudolf Kissling (links) und PD Dr. med. Adrian Ciurea. Bild: Mike Kleger

**Prof. Kissling, auch Sie waren viele Jahre in der Klinik tätig und haben zahlreiche Bechterew-Patienten eng begleitet. Welche Veränderungen bei der Behandlung des Morbus Bechterew haben Sie erlebt?**

Als Arzt an der Universitätsklinik Balgrist habe ich grosse Veränderungen in der Behandlung des Morbus Bechterew miterlebt. Wir waren immer an diesen Fortschritten beteiligt und sorgten dafür, dass die Schweiz auf der «Bechterew-Weltkarte» kein weisser Fleck war. Ich konnte einige Patienten mit Morbus Bechterew während mehr als 30 Jahren begleiten. Anfangs standen die damals verfügbaren Medikamente, die Bechterew-Gymnastik und das Kuren im Vordergrund. Die Medikamente haben sich weiterentwickelt, die Bechterew-Gymnastik ist nach wie vor äusserst wichtig.

**Dr. Ciurea, welche Fortschritte dürfen sich die Betroffenen in den nächsten Jahren erhoffen?**

Leider ist es so, dass auch die aktuellen Behandlungsmöglichkeiten nicht bei allen Patienten genügend gut wirken. Ich erwarte deshalb mit Spannung neue Medikamente, die zurzeit noch entwickelt werden und die einen anderen Wirkmechanismus als die bisherigen haben. Bei all diesen neuen Medikamenten wird

es nachzuweisen sein, ob sie nur die Entzündung hemmen oder auch die Verknöcherung verlangsamen. Es wird also weitere Fortschritte geben, aber diese kommen leider nicht von heute auf morgen.

**Prof. Kissling, wie werden Sie die Entwicklungen in der Bechterew-Forschung weiterverfolgen?**

Ich werde ganz sicher weiterhin am Ball bleiben bei allen Fragen rund um den Morbus Bechterew. Ich werde auch weiterhin im Stiftungsrat der Bechterew-Stiftung mitwirken und bin zudem noch Präsident der Stiftung für Rheumaforschung, die ebenfalls Projekte der Bechterew-Forschung unterstützt. Die Schweiz ist heute in Sachen Bechterew-Forschung gut aufgestellt. Neben hochspezialisierten Universitätskliniken sowie kompetenten und engagierten Ärzten braucht es aber weiterhin die Unterstützung der Schweizerischen Bechterew-Stiftung, um Forschung für die Betroffenen betreiben zu können.

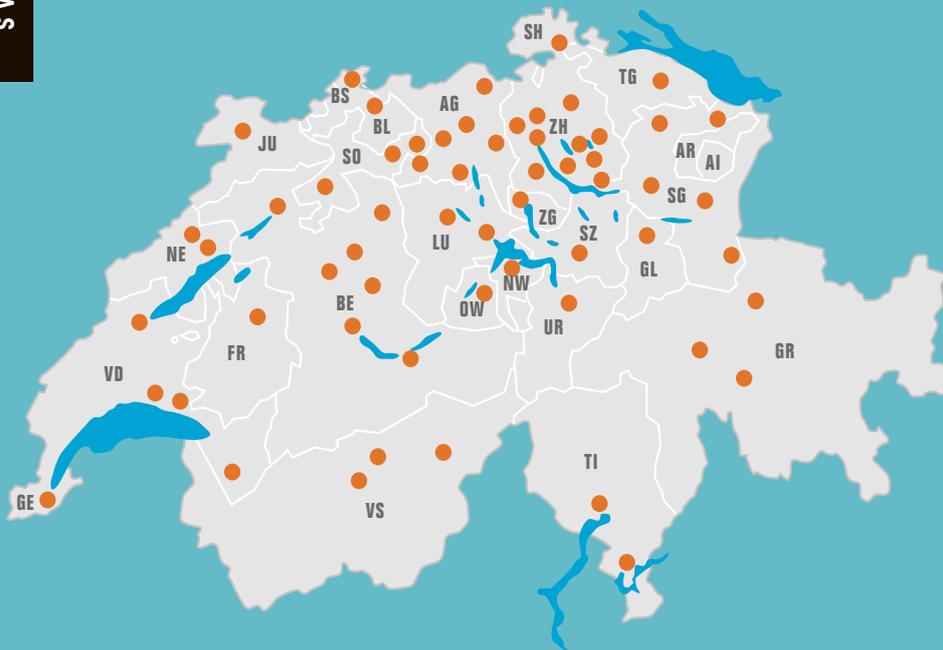
PD Dr. med. Adrian Ciurea ist Facharzt FMH für Rheumatologie und Leiter des Schwerpunkts Arthritis und Spondyloarthritis am Universitätsspital Zürich (USZ) sowie beratender Arzt der Schweizerischen Vereinigung Morbus Bechterew (SVMB).

Er ist seit Anfang 2017 Präsident der Schweizerischen Bechterew-Stiftung.

Prof. Dr. Rudolf Kissling ist Facharzt FMH für Physikalische Medizin, Rehabilitation und Rheumatologie und Senior Consultant in der Abteilung für Physikalische Medizin und Rheumatologie der Universitätsklinik Balgrist in Zürich. Er war von 1992 bis 2004 ärztlicher Berater der SVMB und bis Ende 2016 Präsident der Schweizerischen Bechterew-Stiftung.

Weitere Informationen zur Schweizerischen Bechterew-Stiftung und zum Forschungspreis 2017 erfahren Sie unter → [www.bechterew-stiftung.ch](http://www.bechterew-stiftung.ch)

## BECHTEREW-THERAPIE



Wir organisieren für unsere Mitglieder Bechterew-Therapiekurse in Gruppen. Die Leiter sind diplomierte PhysiotherapeutInnen, die sich laufend über das Krankheitsbild Bechterew weiterbilden.

Bechterew-Therapiestunden beinhalten gezielte Mobilisations-, Dehnungs- und Kräftigungsübungen sowie Atem- und Entspannungsübungen. Die Teilnehmenden erhalten auch Ratschläge für ihr Sitz- und Stehverhalten sowie für Entlastungsstellungen privat und während der Arbeit. Die Übungen können für jeden Teilnehmenden individuell angepasst werden.

Die Bechterew-Therapie findet im Wasser oder in der Turnhalle statt. Dabei werden verschiedene Methoden der modernen Physiotherapie angewendet. Sie finden in den Gruppen eine angepasste Therapieform und haben zudem wertvollen Kontakt mit anderen Bechterew-Patienten.

Unsere Website → [www.bechterew.ch](http://www.bechterew.ch) oder die Geschäftsstelle (044 272 78 66) gibt Auskunft über Ort und Zeit der Kurse.

## GYMNASTIKÜBUNG

### Ausgangsstellung

«Rutschen», Knie stehen unter den Hüften, die Hände sind weit nach vorne ausgestreckt, der Oberkörper ist nach unten geneigt.

### Übung

Im Wechsel einen Arm zur Seite hochstrecken, der Kopf dreht dabei mit.

### Dosierung

4 Sekunden Arm nach oben strecken, 4 Sekunden halten, 4 Sekunden sinken lassen, 10 Wiederholungen jede Seite

### Wirkung

Mobilisation der Schultergelenke, Kräftigung der Schultergürtelmuskulatur, Mobilisation der Wirbelsäule



### Meinung der Fachfrau

Sophie Estapé, Physiotherapeutin und Leiterin der Gruppe Aesch BL

Diese Übung ist ideal, um die Beweglichkeit und Kräftigung der Brustwirbelsäule in Streckung, der ganzen Wirbelsäule in Rotation, des Schultergürtels sowie der Knie- und Hüftgelenke zu fördern. Als Variation können Hüft- und Kniegelenk etwas mehr gebeugt werden. Es ist auch möglich, einen Vierfüssler mit senkrecht gestütztem Arm zu machen, um das Schultergelenk schonender zu belasten, oder einen Unterarmstütz, um das Ellbogengelenk zu entlasten. Zudem wäre der Einsatz von Hanteln möglich. Unter die Unterschenkel und Knie kann ein Polster gelegt werden.

## VERANSTALTUNGEN

### Jurawanderung

2.9.2017, St. Imier

### Besuch Biketec mit E-Bike-Ausflug

16.9.2017, Huttwil

### 3. «Walk and Talk»

23.9.2017, Zug

### Neumitgliederwochenende

30.9. bis 1.10.2017, Kliniken Valens

### Umweltarena-Führung

2.11.2017, Spreitenbach

### 6. Kultur- und Jasswochenende am Titisee

10. bis 12.11.2017, Titisee/Deutschland

### Flughafen: Schutz und Rettung

18.11.2017, Flughafen Zürich

### Urania-Sternwarte

18.1.2018, Zürich

### Aktivferien auf Mallorca

18. bis 24.3.2018, Mallorca

### 40. Schweizerisches Bechterew-Treffen

2. bis 3.6.2018, Wil SG

Weitere Infos zu sämtlichen Veranstaltungen finden Sie auf → [www.bechterew.ch/anlaesse](http://www.bechterew.ch/anlaesse)



## Komplementär-Therapien-Workshop

Komplementär-Therapien spielen bei der Behandlung des Morbus Bechterew als Ergänzung zur Therapie mit Medikamenten und der Bewegungstherapie eine wichtige Rolle. Da es eine Vielzahl von Methoden gibt und immer neue dazukommen, kann es manchmal schwierig sein, den Überblick zu behalten. Auch ist es wichtig, offen über Nutzen und Grenzen von solchen ergänzenden Therapiemethoden zu sprechen. Von Cranio-Sacral-Behandlung über entzündungs-

hemmende Ernährung bis hin zu medizinischem Bewegungstraining bietet der Workshop Gelegenheit, Spannendes über diese Methoden zu erfahren, diese selber auszuprobieren und Fragen zu stellen. Der Workshop wird von der Schweizerischen Polyrarhritiker-Vereinigung (SPV) organisiert und ist für Mitglieder der SVMB kostenlos.

4. November 2017, Uniklinik Balgrist Zürich

## MEDIZINISCHE BERATUNG



v. l. n. r.:

Dr. med. Marc Widmer

Prof. Dr. med. Jean Dudler

Dr. med. Pascale Exer

PD Dr. med. Adrian Ciurea

Auf → [www.bechterew.ch](http://www.bechterew.ch) können sich Mitglieder der SVMB beraten lassen.

Die Internet-Beratung ist eine Dienstleistung für Mitglieder der Bechterew-Vereinigung. Diese können über → [www.bechterew.ch](http://www.bechterew.ch) Fragen zum Morbus Bechterew an die ärztlichen Berater stellen.

Die Telefonberatung wird von Dr. med. Marc Widmer für die Deutschschweiz und von

Prof. Dr. med. Jean Dudler für die Westschweiz betreut. Gerne beantworten die Ärzte Ihre medizinischen Fragen, die mit dem Morbus Bechterew zusammenhängen.

Die medizinische Beratung ist an folgenden Daten von **18.00 bis 20.00 Uhr** erreichbar unter der Telefonnummer **044 272 78 66:**

- Dienstag, 5. September 2017
- Dienstag, 3. Oktober 2017
- Dienstag, 7. November 2017



## Mallorca-Reise 2018: Jetzt vom Frühbucher-Rabatt profitieren!

Mallorca ist eine wunderschöne Insel im Mittelmeer, die zu vielseitigen Aktivitäten wie Wandern, Velofahren oder Nordic Walking einlädt. Vom 18. bis 24. März 2018 führt die SVMB erneut eine Aktivwoche auf Mallorca durch. Das Programm ist extra an die Bedürfnisse von Menschen mit Morbus Bechterew oder einer anderen rheumatischen Erkrankung angepasst und es stehen Alternativprogramme zur

Verfügung, falls Sie es einmal etwas weniger aktiv angehen möchten. Ein Arzt begleitet die Reisegruppe während der ganzen Woche. Die Gruppe übernachtet im Vier-Sterne-Hotel «Hipotel Mediterráneo», das direkt an einem kilometerlangen, feinen Sandstrand liegt. Das Hotel verfügt zudem über einen schönen Wellness-Bereich mit Hallenbad (Wasser über 28 Grad), eine Sauna, ein türkisches Bad sowie einen Fitnessraum.

Bei Buchungen bis zum 30. September gibt es einen Frühbucherrabatt. Das Leiterteam freut sich auf eine grosse Reisegruppe, die sich nach dem Winter wieder körperlich in Form bringen möchte. Anmelden können Sie sich unter → [www.bechterew.ch/](http://www.bechterew.ch/) anlasse über das Anmeldeformular. Fragen beantwortet gerne die Geschäftsstelle der SVMB (044 272 78 66).

## Nationale Aktionswoche zum Thema Hüfte

Ein Hüftgelenk bewegt sich bei einem gesunden Menschen pro Jahr 1,5 Millionen Mal. Unsere Hüften sind grössten Belastungen ausgesetzt. Schon beim langsamen Gehen stemmen sie ein Dreifaches unseres Körpergewichts. Gehen wir schnell, «wiegen» wir bis zu siebenmal mehr. Bereitet das Hüftgelenk Probleme, sind meist Knorpelverschleiss (Arthrose) oder Gelenkentzündungen, zum Beispiel im Rahmen des Morbus Bechterew, die Ursache.

Deshalb dreht sich in der nationalen Aktionswoche der Rheumaliga Schweiz in diesem Jahr alles um das Thema Hüfte. Die kostenlosen Gesundheitstage finden vom 11. bis zum 15. September in 16 Schweizer Städten statt. Die Referenten informieren zu den verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten bei Hüftschmerzen. Fachpersonen aus der Rheumatologie

referieren über die Behandlungsmethoden bei Schmerzen, Experten aus der Chirurgie berichten über Hüftoperationen. Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten zeigen ganz praktisch, wie man die Hüften kräftigen und beweglich halten kann. Zudem hat die Rheumaliga Schweiz eine neue Broschüre mit dem Titel «Die Hüfte bewegt» herausgegeben.

Die Daten der Gesundheitstage sind auf der Website der Rheumaliga Schweiz unter → [www.rheumaliga.ch/angebote/veranstaltungen/aktionswoche](http://www.rheumaliga.ch/angebote/veranstaltungen/aktionswoche) zu finden. Die Broschüre «Die Hüfte bewegt» kann im Rheumaligashop unter → [www.rheumaliga-shop.ch](http://www.rheumaliga-shop.ch) bestellt werden.



Bild: Rheumaliga Schweiz/Goran Zec

## Haben jüngere Geschwister ein höheres Bechterew-Risiko?

**Die Einflüsse der Geburt sowie der Stellung innerhalb der Geburtsreihenfolge auf die Entwicklung eines Bechterew-Risikos sind weitgehend unbekannt. Forscher der Universität Göteborg (Schweden) haben nun Geburts- und Krankheitsregister analysiert und Erstaunliches festgestellt.**

ULF LINDSTRÖM ET AL., DEPT. FÜR RHEUMATOLOGIE UND ENTZÜNDUNGSFORSCHUNG, SAHLGRENSKA-AKADEMIE, UNIVERSITÄT GÖTEBORG, SCHWEDEN

Die Umstände rund um die Geburt werden in der Fachsprache als Perinatalperiode bezeichnet. Diese dauert von der 28. Schwangerschaftswoche bis zum 7. Lebenstag. Der Einfluss der Geburt sowie der Stellung innerhalb der Geburtsreihenfolge auf die Entwicklung eines Bechterew-Risikos sind bisher weitgehend unbekannt. Forscher des Departements für Rheumatologie und Entzündungsforschung des Instituts für Medizin der Sahlgrenska-Akademie der Universität Göteborg (Schweden) wollten dies nun ändern.

### Personennummer ermöglicht Vergleiche

Sie nahmen dabei das Geburtsregister und das nationale schwedische Patientenregister zur Hilfe. Dieses Register wurde 1964 initiiert, und seither werden dort administrative und medizinische Daten der Patienten anhand der internationalen Klassifizierung von Krankheiten (International Classification of Diseases, ICD) erfasst. Seit 1987 sind damit nahezu 100 % aller schwedischen Patienten erfasst und die Qualität der Daten gilt als sehr hoch. Weitere Register sind das Register der verschriebenen Medikamente, das seit 2005 geführt wird, sowie das ARTIS-Register, welches die antirheumatischen Therapien, die Krankheitsaktivität sowie die Sicherheit der medikamentösen Behandlungen überwacht. Die nationale

Abdeckung beträgt schätzungsweise 85 bis 95 % bei den Patienten, die mit einem TNF-Alpha-Hemmer behandelt werden. Alle Register beinhalten die persönliche Identifikationsnummer (PIN), die alle Einwohner Schwedens haben. Dadurch ist eine anonymisierte Verlinkung zwischen den Registern möglich.

Die Bechterew-Fälle wurden anhand des Patientenregisters, die Kontrollgruppe durch das Bevölkerungsregister rekrutiert. Die Daten zu den Geburtsumständen kamen aus dem nationalen Patientenregister und diejenigen zur medikamentösen Therapie vom Medikamenten-Register sowie vom ARTIS-Register. Auch der Bildungsstand sowie das verfügbare Haushaltseinkommen der Probanden wurden verglichen. Insgesamt wurden 1960 Bechterew-Patienten in die Studie eingeschlossen (59 % männlich), die nach 1973 geboren wurden. Auf einen Patienten kamen 4,3 Kontrollpersonen (total 8378).

### Umfangreiches Geburtsregister

Das Geburtsregister enthält unter anderem Daten zum Alter und Geburtsort der Mutter, Zivilstand der Mutter, Anzahl und Alter der Geschwister, Jahreszeit der Geburt, Art der Geburt (vaginal oder Kaiserschnitt), Einzelgeburt oder Mehrlingsgeburt, Geburtsgewicht, Geburtskörpergrösse, Geburtsreihenfolge, Schwangerschaftsdauer, Wachstum des Fötus, Missbildungen, Rauchen der Mutter während der Schwangerschaft und Grösse der Geburtstation. Diese Daten wurden zusammen mit den Daten aus dem ARTIS-Register und weiteren Daten statistisch ausgewertet, um mögliche Einflüsse der Geburt sowie der Stellung innerhalb der Geburtsreihenfolge auf die Entwicklung eines Bechterew-Risikos zu analysieren.

### Kindlichen Einflüssen mehr Beachtung schenken

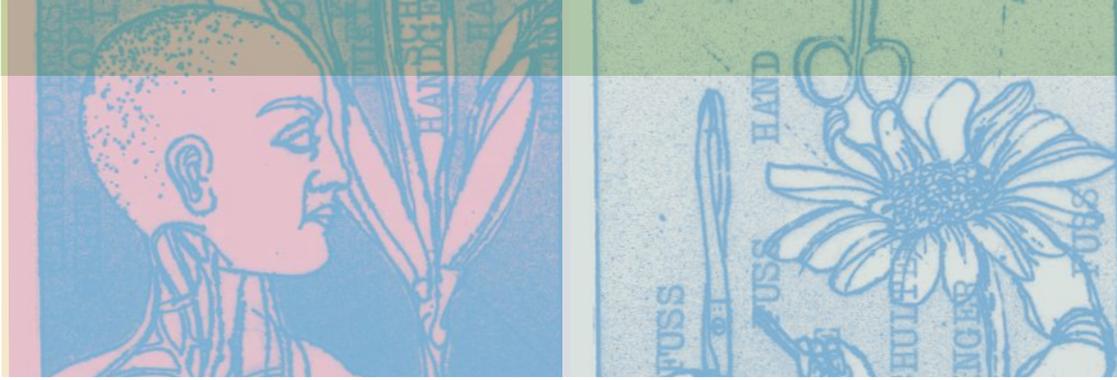
Den deutlichsten Zusammenhang fanden die Forscher zwischen dem

Bechterew-Risiko und dem Vorhandensein älterer Geschwister in der Familie des Betroffenen. Ein weiterer, jedoch schwächerer Risikofaktor war ein Geburtskörpergewicht unter 3000 Gramm. Keinen Einfluss auf die Entwicklung eines allfälligen Morbus Bechterew fanden die Forscher bei der Jahreszeit der Geburt, der Art der Geburt, Missbildungen, Fötuswachstum, Alter der Mutter oder einer späteren Bechterew-Diagnose.

Frühere Studien fanden keinen Zusammenhang zwischen der Geburtsreihenfolge und einem erhöhten Risiko, am Morbus Bechterew zu erkranken. Diese liessen jedoch Einzelkinder aussen vor. In der vorliegenden Studie wurden auch Einzelkinder berücksichtigt, wodurch das Risiko für Personen mit älteren Geschwistern signifikant anstieg. Da die Resultate dieser und der vorhergehenden Studien aber nicht eindeutig sind, sollten weitere Arbeiten durchgeführt werden, die auch Informationen zu Art, Häufigkeit und Schwere von Infektionen beinhalten sollten.

Die Resultate dieser Studie deuten einmal mehr auf die Wichtigkeit äusserer Einflüsse bei der Entwicklung eines Morbus Bechterew hin. Auch zeigen sie, dass insbesondere den Einflüssen während der Kindheit und Geburt in künftigen Studien zum Krankheitsverlauf mehr Beachtung geschenkt werden sollte.

*Lindström, Ulf, et al. «Perinatal characteristics, older siblings, and risk of ankylosing spondylitis: a case-control study based on national registers.» Arthritis research & therapy 18.1 (2016): 16.*



## Entzündungshemmende Pflanzen vom roten Kontinent

**Australien mit seiner reichen und einzigartigen Flora bietet viele Naturheilmittel zur Behandlung entzündlich-rheumatischer Erkrankungen. Der Weg führt über die Hemmung von Bakterien, die zum Ausbruch des Morbus Bechterew beitragen können. Die Extrakte können aber auch bestehende Symptome reduzieren. Die Forscher sehen grosses Potenzial.**

V. WINNETT, J. SIRDAARTA, A. WHITE,  
F. M. CLARKE, I. E. COCK, GRIFFITH  
UNIVERSITY, BRISBANE, AUSTRALIEN

In der australischen Medizin spielt nicht nur die westliche Schulmedizin eine wichtige Rolle, sondern auch die jahrtausendealten Heilmittel der Ureinwohner, den Aborigines. Die reichen Vorkommen an endemischen, also nur in Australien vorkommenden Pflanzen, haben ein grosses Potenzial für die Heilung verschiedener Krankheiten.

Die Grundlage der Forschungsarbeit war die Annahme, dass gewisse Bakterien, allen voran das Bakterium *Klebsiella pneumoniae*, den Morbus Bechterew auslösen können. Um als Auslöser des Morbus Bechterew zu wirken, muss das *Klebsiella-Pneumoniae*-Bakterium mit dem Immunsystem des Menschen interagieren. Besonders gefährdet sind Personen, die einen Harnwegskatheter oder ein Beatmungsgerät benutzen oder HLA-B27-positiv sind. Die Infektion löst die Bildung von Antikörpern aus, was dann vor allem in der Wirbelsäule und in grossen Gelenken zu Entzündungen führt. Bei einer Erstinfektion sind die Symptome in der Regel eher

mild, während es in Wiederholungsfällen zu einer erhöhten Produktion von Antikörpern und daher auch zu einer verstärkten Immunreaktion und zu schwereren Gewebeschäden kommen kann.

### Pfefferkorn am effizientesten

Die Autoren der Studie beschäftigten sich zunächst mit der Literatur, um herauszufinden, welche Pflanzen historisch für die Behandlung rheumatischer und entzündlicher Krankheiten eingesetzt wurden. Aufgrund dieser Recherchen wurden verschiedene Pflanzenarten gesammelt, von einem Botaniker identifiziert, luftgetrocknet und zu einem Pulver gemahlen. Je ein Gramm davon wurde aufgelöst und gefiltert. Die Extrakte wurden dann nochmals in Wasser aufgelöst. Anhand eines Referenzbakteriums, von dem eine Kultur angelegt wurde, konnte die antibakterielle Wirkung überprüft werden.

86 der so untersuchten Pflanzenextrakte (81,1 %) konnten das Wachstum des Bakteriums hemmen. Der Pfefferkorn-Extrakt erwies sich dabei als der potenteste Wachstumshemmer. Ausserdem konnte das Forscherteam feststellen, dass die gegen Bakterienwachstum effizienten Pflanzenextrakte im Körper nicht toxisch wirkten.

### Kampf gegen Superresistenzen

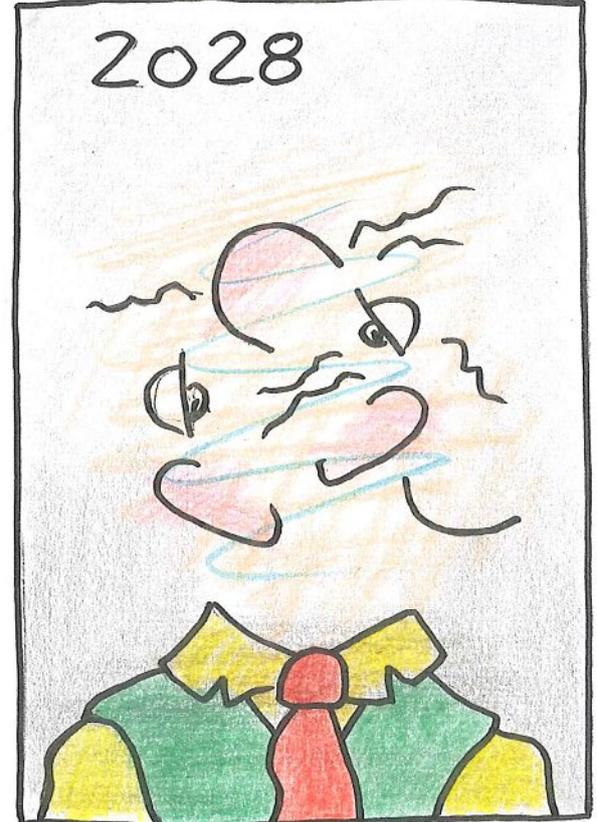
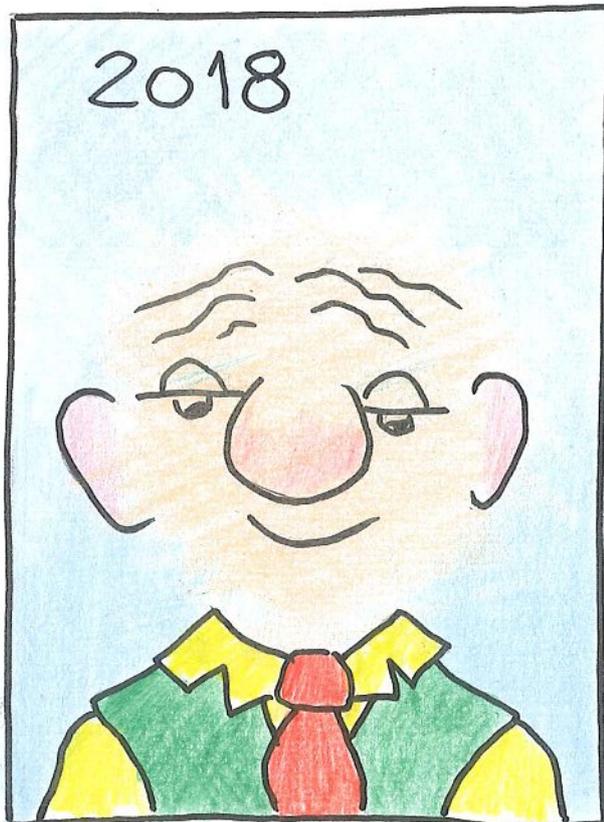
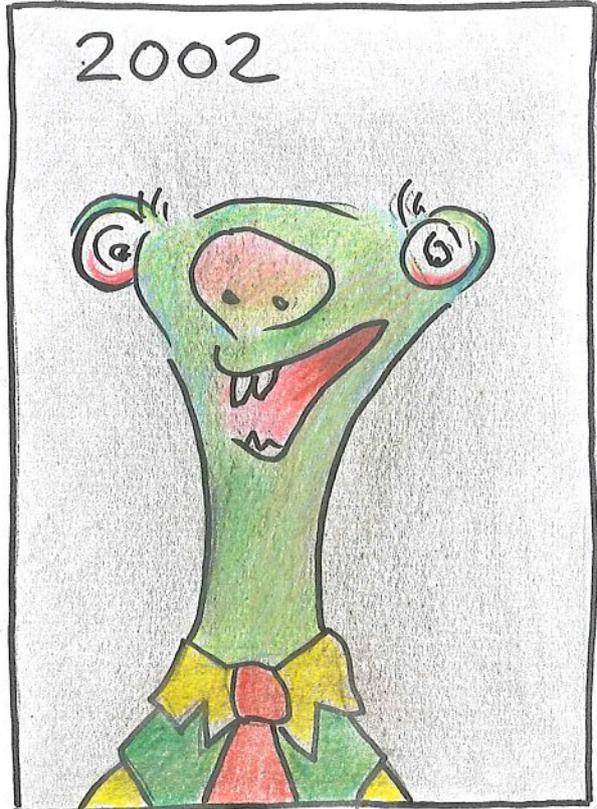
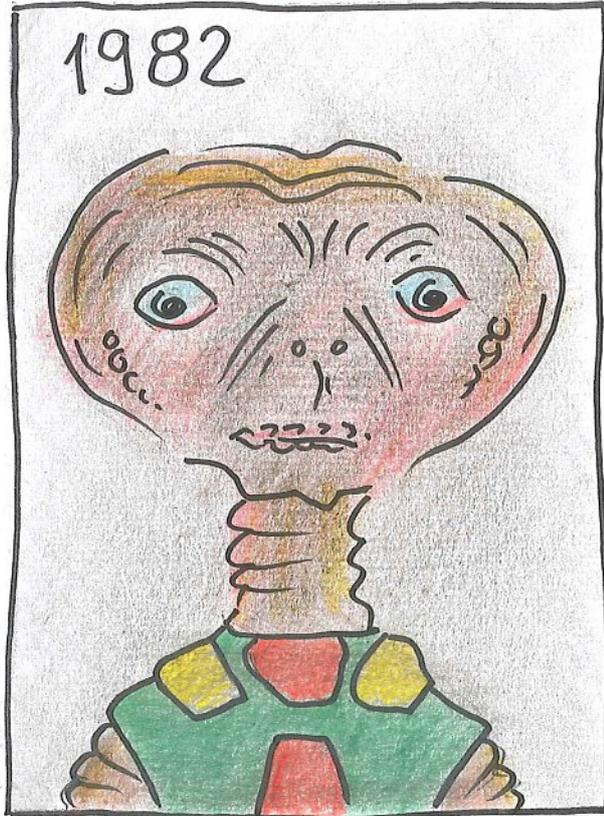
Das Interesse an pflanzlichen Mitteln im Kampf gegen Bakterien ist in letzter Zeit stark gestiegen. Dies hat unter anderem damit zu tun, dass immer häufiger sogenannte Superresistenzen entstehen, gegen die bestehende Therapien nicht mehr ankommen. Deshalb werden einerseits

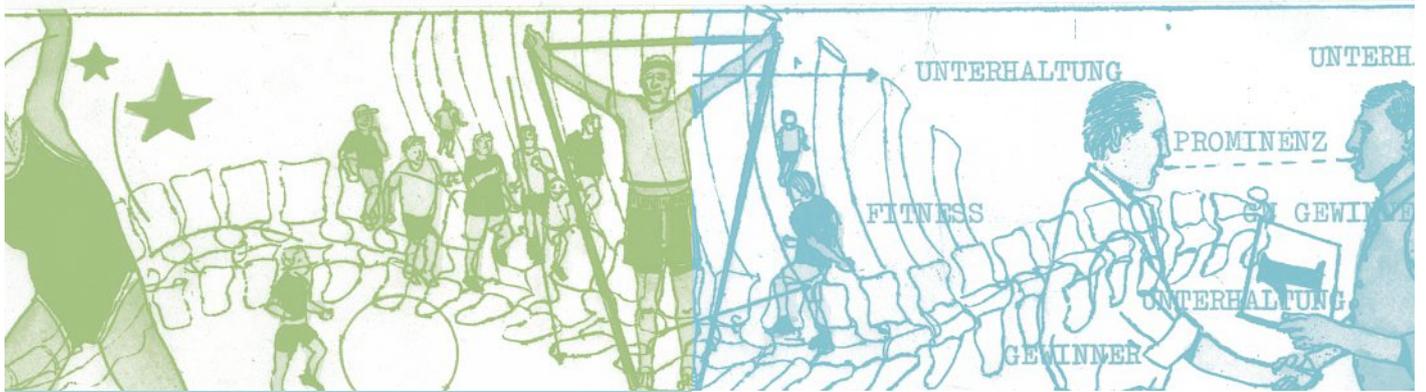
neue synthetische Antibiotika entwickelt und es wird andererseits nach Ressourcen in der Natur gesucht, die gegen die Bakterien wirksam sind. Diese führen auch seltener zu unerwünschten Wirkungen als synthetische Heilmittel.

Ergebnisse einer ähnlichen Studie im Zusammenhang mit Rheumatoider Arthritis (RA) gaben Hinweise, dass aus einigen der Extrakte in Zukunft auch neue Medikamente entwickelt werden könnten. Aufgrund der guten Ergebnisse der vorliegenden Studie sehen die Wissenschaftler die Möglichkeit, die Pflanzenextrakte sowohl vorbeugend wie auch therapierend bei Morbus Bechterew einzusetzen. Es sind aber zunächst Versuche mit menschlichen Zellen nötig, um die Anwendbarkeit der Pflanzenextrakte zu diesen Zwecken abzuklären.

Winnett V., Sirdaarta J., White A., Clarke F. M., Cock I. E.: «Inhibition of *Klebsiella pneumoniae* growth by selected Australian plants: natural approaches for the prevention and management of ankylosing spondylitis», *Inflammopharmacology* 2017, 25.2: 223-235. DOI 10.1007/s10787-017-0328-1

# SPONDY





## MEDIZIN

**Seit einigen Jahren wurde meine Atemnot immer schlimmer und ich bin dauernd auf ein Inhaliergerät angewiesen sowie in allen Tätigkeiten immer mehr eingeschränkt. Inwiefern ist da der Morbus Bechterew mitheteiligt? Ich habe die Diagnose vor 50 Jahren erhalten und die Wirbelsäule ist inzwischen vollständig versteift.**

Durch die beim Morbus Bechterew typische Versteifung der Wirbelsäule und der Gelenke zwischen Wirbelsäule und Rippen kann die Atembreite (Beweglichkeit des Brustkorbs) beim Morbus Bechterew massiv eingeschränkt werden. Die Tatsache, dass ein Inhaliergerät Hilfe verschafft, weist allerdings auf eine zusätzliche Lungenproblematik hin.

In sehr seltenen Fällen ist eine vernarbende Veränderung des Lungengewebes (Lungenfibrose) beim Morbus Bechterew beobachtet worden, die dann zu Atembeschwerden führen kann. Man muss aber immer daran denken, dass beim Bechterew Atembeschwerden und Kurzatmigkeit durch den versteiften, starren Brustkorb entstehen können, ohne dass etwa das Herz oder die Lunge befallen sein müssen. Ein angepasstes und richtig durchgeführtes Training kann in diesem Fall jedoch zu einer Verbesserung der Leistungsfähigkeit, der Schmerzen und somit der Lebensqualität führen.

Sollte eine Vorerkrankung der Lunge, zum Beispiel eine «Raucherlunge» oder Asthma, bestehen, können die durch den Morbus Bechterew verursachten Veränderungen frühere und deutlichere Auswirkungen für den Patienten haben.

Bechterew-Patienten sollten bei Lungen- und Atmungsproblemen zur Abklärung der Situation in jedem Fall regelmässig auch auf Lungenveränderungen untersucht werden.

**PD Dr. med. Adrian Ciurea**  
Leitender Arzt und Leiter Poliklinik  
Klinik für Rheumatologie  
Universitätsspital Zürich



## PHYSIOTHERAPIE

### Würden Sie Kneippen für Bechterew-Betroffene empfehlen?

Die Kneipp-Therapie, um 1849 entwickelt von dem Pfarrer Sebastian Kneipp, ist mittlerweile auch ein von der konventionellen Medizin anerkanntes Naturheilverfahren. Sie ist ein in sich geschlossenes, ganzheitliches Behandlungskonzept zur allgemeinen Abwehrsteigerung sowie zur Stabilisierung der psychisch-vegetativen und hormonellen Grundsituation des ganzen Menschen. Die Hydrotherapie (Wassertherapie) als eine von fünf Säulen der Kneipp-Therapie ist eine begleitende Option für Morbus-Bechterew-Patienten. Die Möglichkeiten sind vielfältig und reichen von Wassergüssen mit verschiedenen Temperaturen bis hin zu Waschungen und Bädern. Auch ist das Wassertreten eine bekannte Form der Kneipp-Therapie. In Rehabilitationszentren, in denen die Kneipp-Therapie einen hohen Stellenwert hat, werden häufig Wechselgüsse der unteren Extremitäten oder auch Ganzkörpergüsse angewandt. Eine weitere Variante sind warme Vollbäder, die zusätzlich mit Heublumenextrakt versetzt sind.

Die wechselnden Reize (kalt/warm) und die pflanzlichen Zusätze in den Bädern regen den Stoffwechsel an, stärken das Immunsystem und wirken vegetativ stabilisierend. Eine ärztliche und therapeutische Beratung hilft, die passende Variante der Therapieform zu finden. Insbesondere bei akuten Schüben muss vor der Kneippanwendung mit dem zuständigen Rheumatologen Rücksprache gehalten werden.

**Christian Preschke**  
Dipl. Physiotherapeut  
Leitung Therapie  
RehaCenter Bad Zurzach





## Vom Flugzeugmechaniker zum Textiltüftler

**Hugo Bucher (60) aus Ebikon LU hat einen spannenden Lebensweg gemacht. Trotz schwerem Krankheitsverlauf hat er sich nie unterkriegen lassen. Und ist mit 50 nochmals zu neuen Ufern aufgebrochen. (lg)**

«Mein Wohnort Ebikon LU wird wegen der vielen Ampeln auch «Amplikon» genannt. Ich wurde aber nicht hier geboren, sondern in Kriens. Nach der Schulzeit habe ich eine Lehre als Mechaniker gemacht, was meinem grossen technischen Interesse entgegenkam. Eigentlich wollte ich Polizist werden, weshalb ich später auch die Rekrutenschule absolvieren wollte. Auch war ich als Jugendlicher sehr sportlich, da ich intensiv Leichtathletik betrieb.

Nach der Lehre kam dann wie für die meisten jungen Männer die Rekrutenschule. Es gefiel mir dort und als Flugzeugmechaniker durfte ich mit meinen Kameraden die legendären «Hunter»-Flugzeuge im Schuss halten, was mir viel Spass machte. Trotz meiner schon damals vorhandenen Beschwerden absolvierte ich insgesamt sieben Wiederholungskurse bei der Armee. Klar gab es mal Situationen, in denen ich nicht mithelfen konnte. Aber meine Kameraden verstanden das und taxierten mich deswegen nicht als «faulen Siech». Erst vor dem letzten Einsatz wurde ich schliesslich «untauglich».

Auch beruflich ging es bei mir immer technisch zu und her. Nach der Lehre arbeitete ich noch ein Jahr in der glei-

chen Maschinenfabrik. Dann begann ich bei einem grossen Lift-Hersteller zu arbeiten, wo ich schwere Teile auswechseln und grosse Motoren aufheben musste. Das war für meinen Rücken natürlich ganz schlecht. Aber zu Hause bleiben war für mich nie eine Option.

### Thailand und Textilien

Im Jahr 2005 begann für mich ein völlig neuer Lebensabschnitt. Kurz vor meinem 50. Geburtstag beschloss ich, nach Thailand auszuwandern. Ich war schon oft dort in den Ferien gewesen und habe Land und Leute sehr schätzen gelernt. Auch auf meinen Morbus Bechterew hat sich das dortige Klima positiv ausgewirkt. Während der sieben Jahre, in denen ich in Thailand lebte, musste ich kein einziges Rheumamedikament nehmen.

Nach rund zwei Jahren in Asien eröffnete sich für mich auch beruflich eine neue Perspektive. Ich kam mit verschiedenen Leuten aus dem Schneider- und Textilbusiness in Kontakt, und so entstand die Idee, in Thailand gefertigte Massanzüge und bestickte Textilien in der Schweiz zu verkaufen. Massbekleidung kann gerade auch für Bechterew-Betroffene mit einer Wirbelsäulenkrümmung eine sinnvolle Alternative sein, weshalb ich als Betroffener gerne persönliche Beratungen mache (→ [www.design-swiss.com](http://www.design-swiss.com)). Obwohl ich früher gar nichts mit dieser Branche zu tun hatte, kamen mir mein technisches Flair und meine kaufmännische Erfahrung dabei zugute. Durch

die geschäftlichen Kontakte in Bangkok und anderen Regionen Thailands habe ich das Land natürlich noch von anderen Seiten kennengelernt als so, wie man es aus den Ferienprospekten kennt. Durch Mund-zu-Mund-Propaganda und gezielte Werbemassnahmen liessen die ersten Erfolge nicht lange auf sich warten. Nacheinander habe ich verschiedene Standbeine aufgebaut, indem ich mir das nötige Wissen aneignete und die richtigen Kontakte knüpfte. Angefangen hat es mit bestickten Poloshirts, dann kamen Massanzüge in allen Qualitäten und Farben dazu. Mein neuestes Produkt sind massgeschneiderte Jacken aus Kalbsleder. So etwas findet man in der Schweiz kaum noch. Bei all meinen Projekten hat mir sicher der gute Ruf als Schweizer geholfen. Die Leute wussten: Auf den kann man sich verlassen.

Heute lebe ich wieder in der Schweiz, auch um die zahlreichen Kundenbeziehungen hier zu pflegen. Doch einmal im Jahr bin ich immer noch in Thailand, um mich direkt mit meinen dortigen Partnern auszutauschen. Die meisten sind Familienbetriebe und ich kenne alle, die dort arbeiten. Nie im Leben hätte ich gedacht, dass ich einmal selbständiger Unternehmer sein würde. Ich habe beruflich, aber auch persönlich eine riesengrosse Entwicklung durchgemacht. Und heute bin ich erst zufrieden, wenn meine Kunden auch zufrieden sind.»



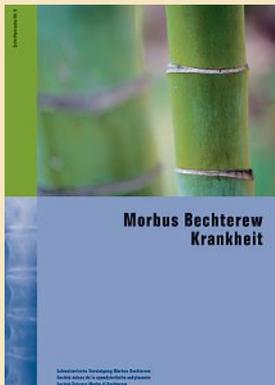
Morbus Bechterew  
192 Seiten, 111 Abbildungen  
**3. Auflage, CHF 40.–**



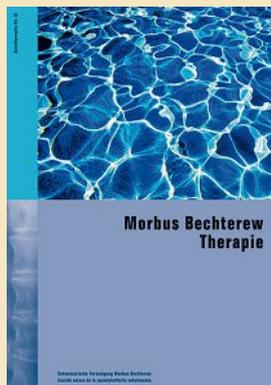
Eltern-Sein mit Rheuma  
**CHF 25.–**



Der Morbus-Bechterew-Gymnastik-Kalender  
58 Seiten  
**CHF 23.–\* / CHF 33.–**



Morbus Bechterew  
Krankheit / la maladie /  
la malattia  
**CHF 10.–\* / CHF 20.–**



Morbus Bechterew  
Therapie / la thérapie /  
la terapia  
**CHF 10.–\* / CHF 20.–**



34 Persönlichkeiten –  
1 Krankheit  
34 personnalités – 1 maladie  
**CHF 15.–\* / CHF 25.–**



Leben mit  
Morbus Bechterew  
**CHF 15.–\* / CHF 25.–**



Gesund und gut essen –  
Ernährung bei Morbus  
Bechterew  
**CHF 15.–\* / CHF 25.–**



Ma spondylarthrite, mes questions...  
**CHF 10.–\* / CHF 20.–**

# BESTELLSCHEIN

## Literatur

- Morbus Bechterew – Der entzündliche Wirbelsäulen-Rheumatismus 40.–
- Eltern-Sein mit Rheuma 25.–
- Morbus Bechterew. Krankheit und Therapie gratis
- Medikamente gratis
- Case Management Broschüre gratis
- Schwangerschaft bei Morbus Bechterew 5.–
- Ma spondylarthrite, mes questions... 10.–\* / 20.–

## Schriftenreihe der Schweizerischen Vereinigung Morbus Bechterew

- Heft 9: Morbus Bechterew – Krankheit  D  F  I  10.–\* / 20.–
- Heft 10: Morbus Bechterew – Therapie  D  F  I  10.–\* / 20.–
- Heft 11: 34 Persönlichkeiten – 1 Krankheit  D  F  15.–\* / 25.–
- Heft 12: Leben mit Morbus Bechterew  D  15.–\* / 25.–
- Heft 13: Gesund und gut essen – Ernährung bei Morbus Bechterew  D  15.–\* / 25.–

## Schriftenreihe der Deutschen Vereinigung Morbus Bechterew

- Autofahren mit Morbus Bechterew 10.–\* / 20.–
- Alters- und geschlechtsspezifische Probleme beim Morbus Bechterew 10.–\* / 20.–
- Morbus Bechterew in 100 Fragen 10.–\* / 20.–
- Morbus Bechterew: Fremdwörter einer Krankheit 10.–\* / 20.–
- Das kleine Kochbuch gesunder Genüsse 15.–\* / 25.–

## Gymnastik

- Der Morbus-Bechterew-Gymnastik-Kalender (für 4 Wochen) 23.–\* / 33.–
- Morbus Bechterew: Heimprogramm (für 1 Woche) 15.–\* / 25.–

## DVD

- Bechterew-Symposium 2012 – Referate und Diskussion zum Krankheitsbild und den Therapien 15.–\* / 25.–

\*Preis für Mitglieder

## «vertical» – Zeitschrift der Schweizerischen Vereinigung Morbus Bechterew

Ich bestelle die Zeitschrift «vertical»

- für mich (Adresse siehe unten) Schweiz 18.–/übrige Länder 30.–
- als Geschenkabonnement für:

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

# ANMELDETALEN

## Hiermit melde ich mich bei der SVMB an als:

- Aktivmitglied** (Bechterew-Patient/in)
- Passivmitglied** (Fördermitglied)

Der Jahresbeitrag beträgt CHF 50.–; für Mitglieder im Ausland CHF 55.–. Im Beitrag inbegriffen ist das Jahresabonnement für die Zeitschrift «vertical». Durch die Mitgliedschaft erhalten Sie Vorzugskonditionen beim Besuch von SVMB-Kursen oder beim Einkauf von SVMB-Literatur.

## Gönner/Gönnerin

Als Gönner/Gönnerin erhalten Sie einmal im Jahr einen Einzahlungsschein zugestellt, den Sie für eine Spende benutzen können.

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \* \_\_\_\_\_

Beruf \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

Telefon privat \_\_\_\_\_

Telefon Geschäft \_\_\_\_\_

Natel \_\_\_\_\_

E-Mail-Adresse \_\_\_\_\_

Ort /Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

\* nur bei Anmeldung für Aktivmitgliedschaft

Bitte Bestellschein mit Personalien vollständig ausfüllen und einsenden an: SVMB, Leutschenbachstrasse 45, 8050 Zürich, Telefon 044 272 78 66

# KLINIKEN VALENS

Die Spezialisten in der Rehabilitation –  
auch für Morbus Bechterew-Betroffene



VALENS



WALENSTADTBERG



RHEINBURG-KLINIK

## Dreimal an Top-Lage!

REHAZENTRUM VALENS T +41 (0)81 303 11 11 info@kliniken-valens.ch

REHAZENTRUM WALENSTADTBERG T +41 (0)81 736 21 11 info.wsb@kliniken-valens.ch

RHEINBURG-KLINIK WALZENHAUSEN T +41 (0)71 886 11 11 info@rheinburg.ch

www.kliniken-valens.ch



**Sie leiden an einer Spondylitis ankylosans. Daher ist es für Sie wichtig,  
die Beweglichkeit der Wirbelsäule zu bewahren und die Muskulatur zu stärken.**

Wir bieten Ihnen ein 3-wöchiges «Bechterew»-Programm mit höchstens 10 bis 15 Teilnehmern. Dieses beinhaltet 5 bis 6 Behandlungen pro Tag, beispielsweise physiotherapeutische Einzelbehandlungen, Massagen, Gruppengymnastik, Übungen im Wasser, Entspannung usw.

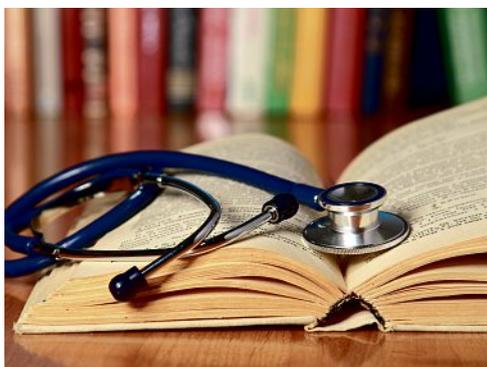
Nutzen Sie die hervorragende Qualität einer modernen Fachklinik in Verbindung mit den Vorteilen eines Umfelds, das die Rehabilitation fördert.

**Die Leukerbad Clinic bietet Ihnen sechs Mal pro Jahr ein Programm, das gezielt auf die Behandlung von Morbus-Bechterew-Patienten ausgerichtet ist.**

Die Kurse 2017 und 2018 finden zu folgenden Zeitpunkten statt:

- |                                    |                                     |
|------------------------------------|-------------------------------------|
| ◆09. bis 27. Oktober 2017          | ◆09. bis 27. April 2018             |
| ◆30. Oktober bis 17. November 2017 | ◆23. Juli bis 10. August 2018       |
| ◆08. bis 26. Januar 2018           | ◆24. September bis 12. Oktober 2018 |
| ◆05. bis 23. Februar 2018          | ◆05. bis 23. November 2018          |

Falls Sie an unserem Angebot interessiert sind und Sie sich anmelden möchten, melden Sie sich bitte bei der ambulanten Patientenaufnahme unter Tel.: +41 (0)27 472 51 01.



## AUSBLICK |

### Patientenkompetenz

Durch die immer wichtigere Rolle der Patienten im Gesundheitswesen, aber auch durch den sozialen und technischen Wandel und die Verfügbarkeit unendlich vieler Informationen wird die Patienten- oder Gesundheitskompetenz ein immer wichtigeres Thema. Dies gilt gerade auch für Menschen mit chronischen Krankheiten wie Morbus Bechterew. Patienten sollen mehr Möglichkeiten erhalten, sich zu informieren und aktiv an den für sie wichtigen medizinischen Entscheidungen teilzuhaben. Patientenorganisationen wie die SVMB haben hier eine Scharnierfunktion. Sie können die Betroffenen dabei unterstützen, ihre Rolle als Patient aktiv und selbstbewusst wahrzunehmen. In dieser Ausgabe beleuchten wir den Wandel hin zum «mündigen Patienten» und erzählen Geschichten von Bechterew-Betroffenen, die das Heft sprichwörtlich selber in die Hand genommen haben.

## AUFRUF |

### Eltern betroffener Kinder gesucht

Der Morbus Bechterew und seine verwandten Krankheiten können bereits Kinder und Jugendliche betreffen. In diesen Fällen stehen die Kinder und deren Eltern vor einer besonderen Herausforderung. Umso wichtiger ist es, dass sie sich dann mit Familien in der gleichen Situation austauschen können. Dabei kann es von der medizinischen Behandlung über den Schulbesuch bis hin zum sozialen Umfeld des Kindes gehen. Da einzelne Fälle von betroffenen Kindern bekannt sind, suchen wir Eltern mit Kindern, die von Morbus Bechterew oder einer verwandten Krankheit betroffen sind. Diese sollten Interesse haben, Erfahrungen in einem informellen Rahmen mit anderen Familien auszutauschen. Es werden keine Kontaktangaben ohne Einverständnis weitergegeben. Interessierte melden sich bitte unter → [lars.gubler@bechterew.ch](mailto:lars.gubler@bechterew.ch)

## HINWEIS |

### Medizinische Beratung

Die medizinischen Berater der Vereinigung, Dr. med. Marc Widmer (Deutschschweiz) und Prof. Jean Dudler (Westschweiz), beantworten am Beratungstelefon Fragen zum Morbus Bechterew. Die genauen Daten, an denen das Beratungstelefon bedient wird, finden Sie auf Seite 21. Medizinische Fragen können unseren medizinischen Beratern auch über das Internet gestellt werden, im Mitgliederbereich unter → [www.bechterew.ch](http://www.bechterew.ch). Diese Angebote gelten nur für Mitglieder der Vereinigung.

## IMPRESSUM

### Herausgeber

Verlag, Redaktion, Copyright:  
Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew  
Leutschenbachstrasse 45, 8050 Zürich  
Tel. 044 272 78 66, Fax 044 272 78 75  
E-Mail: [mail@bechterew.ch](mailto:mail@bechterew.ch)  
Internet: [www.bechterew.ch](http://www.bechterew.ch)  
PC-Konto 80-63687-7  
IBAN CH22 0900 0000 8006 3687 7  
BIC POFICHBEXXX

### Geschäftsleitung

René Bräm

### Redaktion

Chefredaktor: Lars Gubler  
Redaktionelle Mitarbeiter:  
Dr. Heinz Baumberger  
Dr. Peter Oesch  
Christian Preschke  
Erich Merki – Comic  
Prof. Dr. Karin Niedermann  
Prof. Dr. med. Jean Dudler  
Dr. med. Pascale Exer  
Dr. med. Marc Widmer  
PD Dr. med. Adrian Ciurea

### Layout

Natasa Milosevic

### Übersetzungen

Fabienne Piccinno

### Abonnemente

«vertical» erscheint viermal pro Jahr  
Schweiz CHF 18.– jährlich  
Übrige Länder CHF 30.–/ € 20.– jährlich  
Einzelausgabe CHF 5.50

### Druck

FO-Fotorotar AG, 8132 Egg

### Copyright

Abdruck nur mit Erlaubnis der Redaktion

Die folgenden Firmen unterstützen die Herausgabe von «vertical» durch finanzielle Beiträge:



abbvie



Kontaktieren Sie  
unsere Experten:  
BDO AG  
8005 Zürich  
Tel. 044 444 35 55  
www.bdo.ch



### Werden Sie Mitglied und nutzen Sie unsere Dienstleistungen

- Kostenlose Infos: Broschüren, Fachzeitschrift «vertical»
- Sonderkonditionen bei Kursen und Reisen
- Sonderkonditionen bei der Fachliteratur für Patienten
- Zusätzliche Informationen im Mitgliederbereich auf der Website [www.bechterew.ch](http://www.bechterew.ch)
- Medizinische Auskünfte
- Beratung in Rechtsfragen der Sozialversicherungen\*
- Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen
- Möglichkeit, an wichtigen Forschungsprojekten teilzunehmen

\* *Angebote ab dem 2. Mitgliedsjahr*

**bechterew.ch**

Schweizerische Vereinigung  
Morbus Bechterew



**Rheumaliga Schweiz**  
Bewusst bewegt



AZB

CH-8050 Zürich  
PP/Journal

Morbus Bechterew  
Leutschenbachstrasse 45  
8050 Zürich