## Bei Rheuma kompetent beraten

Bei gesundheitlichen Fragen sind Apotheken und Drogerien – nach dem Arzt – die beiden wichtigsten Anlaufstellen. Gerade für die Behandlung von leichteren Symptomen, auch bei Volkskrankheiten wie Rheuma, könnten sich die Fachgeschäfte noch besser profilieren und ihr Ranking verbessern – sofern sie ihr Potenzial auszuschöpfen wissen. Jürg Lendenmann

Gruppen mit wichtigen Krankheiten	Begleitsymptome (B)	Häufigkeit, Alter, Geschlecht
<b>Entzündliche Erkrankungen</b> (Gelenksentzündung verursacht: Schmerz, Rö	itung, Überwärmung, Schwellung, eingeschränkte Beweglichkeit	
Rheumatoide Arthritis (chronische Polyarthritis)	Befällt v. a. kleine Gelenke (Hände, Füsse), aber auch Sehnenscheiden, Schleimbeutel. B: Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Antriebsmangel, Appetitlosigkeit	1%, Beginn 30. – 50. Lebensjahr. 3x mehr Frauen betroffen
Spondarthropathien (M. Bechterew, Psoriasis-Arthritis; u. a. bei Darmerkrankungen wie M. Crohn und Colitis ulcerosa)	Befällt v. a. die Wirbelsäule (v. a. Darm-/Kreuzbeingelenk), aber auch grosse Gelenke (Knie, Hüften, oberes Sprunggelenk) sowie Ansatzstellen Sehnen und Bänder	M. Bechterew: 0,5 – 1%, gehäuft Männer, Erstmanifestationen klassischerweise zwischen 20. – 40. Lebensjahr
Kristallarthropathien wie: Pseudogicht, Gicht	Klassischerweise Befall von Grosszehengrundgelenk und oberes Sprunggelenk (Gicht) sowie Handgelenk (Pseudogicht), aber auch andere Gelenke, Sehnen und Schleimbeutel möglich	Gicht: Frauen erst nach Menopause, Männer ab 40. Lebensjahr. Pseudogicht: ab 50 Jahren, je älter, desto häufiger
Arthritis bei Kindern (0,5%); Borrelien-Arthriti	is, Vaskulitiden, Kollagenosen	
<b>Weichteilrheumatismus</b> (schmerzhafte Erkrankungen der Weichteile, i	nsbesondere von Muskelansätzen, Bändern oder Sehnen)	
Fibromyalgie	Schmerzen an diversen Lokalisationen, betont Weichteile. B: Müdigkeit, gestörter Schlaf, Kopf- schmerzen, depressive Verstimmung	2%, oft Frauen im mittleren Alter
Lokalisierte Weichteilsyndrome	Schmerzen im Ellbogen (Tennis-/Golferellbogen) oder Daumenschmerzen (Sehnenscheidenentzündung)	1–2%; mit zunehmendem Alter etwas häufiger
Periarthropathie der Schulter (10 – 20%), des Knies, der Hüfte	Schmerzen bei Muskel- und Sehnenansätzen	v.a. im Alter
Degenerative Erkrankungen (Abnützungsersc	heinungen an Gelenken, Knochen)	
Arthrose	Anlaufschmerzen, belastungsabhängige Schmerzen, oft aber auch beschwerdefrei. Am häufigsten befallen: Fingergelenke, Knie, Hüften	Ab 50 Jahren sehr häufig
Rückenerkrankungen	Schmerzen durch ungenügende Muskulatur, muskuläres Ungleichgewicht	80 – 90% einmal im Leben
	Enger Wirbelkanal, Bandscheibenvorfall, Abnützung (zwischen Wirbeln)	Zweite Lebenshälfte
Knochenerkrankungen (krankhafte Veränderu	ingen des Knochens)	
Osteoporose (Knochenabbau)	Erhöhte Knochenbrüchigkeit und somit Knochenbrüche (v. a. Rücken, Schenkelhals, Unterarme)	Knochenbruch: ab 50 jede 3. Frau, jeder 7. Man
Osteomalazie (Mineralisationsstörung)	Diffuse Schmerzen. Verbiegung von Röhrenknochen	v. a. ältere Menschen

Quellen: www.rheuma-schweiz.ch, Dr. med. Marc Erismann



Bei gesundheitlichen Fragen ist die Ärztin bzw. der Arzt noch immer erste Ansprechperson. Dies zeigen mehrere vom Vista Gesundheits-Barometer (vista-barometer.ch) durchgeführte Umfragen - auch jene zum Thema «Rheumatische Erkrankungen». An zweiter Stelle liegen mit einigem Abstand die Apotheken, auf Platz drei folgen die Drogerien.

## Die Beratungsqualität optimieren

Volkskrankheiten beginnen meist schleichend - auch viele Erkrankungen, die zum rheumatischen Formenkreis gehören. Bei leichteren Symptomen können Heilmittel aus Apotheke und Drogerie wirksame Linderung verschaffen. Um Kundinnen und Kunden Arzneimittel optimal empfehlen zu können, ist es wichtig, über die wichtigsten rheumatischen Erkrankungen Bescheid zu wissen (s. Tabelle) und beim Beratungsgespräch herausspüren zu können, ob beispielsweise der Schmerz oder eine Entzündung beim Krankheitsgeschehen im Vordergrund steht.

## Das Fachgeschäft als Triagestelle

Um sich als Apotheke oder Drogerie als Anlaufstelle für Kunden mit Rheuma profilieren zu können, genügt es nicht nur, die Beratungsqualität zu erhöhen. Um das ganze Potenzial auszuschöpfen, ist es wichtig, dass ein Fachgeschäft auch seine Triagefunktion wahrzunehmen weiss: Manche Patienten müssen zum Arzt weitergeschickt werden, anderen können bei Patienten- und Selbsthilfeorganisationen die benötigte Hilfe und Unterstützung finden.

Mit Aktionswochen, regionale Veranstaltungen, Vorträgen ... Alltagshilfen und rund 100 Broschüren – die meisten sind kostenlos erhältlich – bietet die Rheumaliga Schweiz eine Fülle wertvoller Informationen. Die Non-Profit-Organisation fördert die Bekämpfung von rheumatischen Krankheiten seit ihrer Gründung im

Tipp: Warum nicht Aktionen im Fachgeschäft mit den mannigfachen Aktivitäten der Rheumaliga Schweiz (www.rheumaliga.ch) koordinieren?