

Das Frauennetzwerk der DVMB Hessen LV e.V. trifft sich im Rheumazentrum Mittelhessen

Rund 40 Prozent der Deutschen haben regelmäßig ihr Kreuz mit dem Kreuz:

Rückenschmerzen sind ein Volksleiden, Fehlhaltungen, Überlastung, mangelndes Training und Übergewicht sind die häufigsten Ursachen für Schmerzen an der Wirbelsäule. In manchen Fällen steckt jedoch eine schwerwiegende rheumatische Erkrankung dahinter: Morbus Bechterew. An der auch Spondylitis ankylosans genannten chronischen Krankheit leiden etwa 350.000 Menschen in Deutschland.

Bei den ersten Symptomen denken Betroffene nicht sofort an eine rheumatische Erkrankung. Insbesondere morgens nach dem Aufstehen fühlen sie sich steif und unbeweglich. Es treten starke Schmerzen im unteren Rücken auf, die sich bei Bewegung bessern. Hinter diesen Anzeichen kann sich die Autoimmunkrankheit Morbus Bechterew verbergen. Die rheumatisch-entzündliche Erkrankung ist nicht heilbar. Die chronischen Schmerzen werden durch eine Fehlfunktion der körpereigenen Abwehrkräfte ausgelöst. Das Immunsystem greift Muskeln, Sehnen und Gelenke an. Das kann langfristig zu einer Versteifung der Wirbelsäule führen, in schlimmen Fällen kommt es zu einem fixierten Rundrücken.

Damit die Betroffenen ohne Schmerzen und Bewegungseinschränkungen ihren Alltag meistern können, ist ein frühzeitiger Therapiebeginn unerlässlich.

Obwohl Morbus Bechterew nicht heilbar ist, verschafft die konsequente Behandlung Linderung der Schmerzen und beugt der Versteifung der Wirbel vor. Gezielte Krankengymnastik und Bewegungstraining stellen einen wichtigen Teil der Therapie dar. Zusätzlich erfolgt eine medikamentöse Behandlung: Kortisonfreie Antirheumatika wirken gegen Schmerzen und Entzündungen.

Mit dem Aktionstag „Das FrauenNetzWerk bewegt“ möchte der Landesverband der DVMB Hessen e.V. (Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew) am 07.09.2019 im Rheumazentrum Mittelhessen betroffenen Frauen verschiedene Möglichkeiten aufweisen, wie man mit gezielten tägliche Übungen die Bewegungseinschränkungen verbessern kann. Die Veranstaltung beginnt um 10.00 Uhr im Rheumazentrum Mittelhessen Bad Endbach.

Für die bewegende Veranstaltung ist folgender Tagesablauf geplant:

Nach der Begrüßung durch Dagmar Kern, Beauftragte des Frauennetzwerks LV Hessen wird Monika Wack Physiotherapeutin und Heinz-Otto Junker Physiotherapeut und Therapeutischer Leiter im Rheumazentrum Mittelhessen Bad Endbach mit gezielten, individuell abgestimmten Atemübungen, Dehnung, Faszienbehandlung, Yoga, Funktionsgymnastik und Entspannungstechniken Therapiemethoden zur Schmerzlinderung und zum Erhalt der Beweglichkeit vorstellen.