

**Zeitschrift:** Das Schweizerische Rote Kreuz  
**Herausgeber:** Schweizerisches Rotes Kreuz  
**Band:** 79 (1970)  
**Heft:** 7

**Rubrik:** Praktische Krankenpflege

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 08.02.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## WAS IST MUSKELRHEUMATISMUS?

Wohl die häufigste Diagnose, die von den Patienten selber gestellt wird, wenn sie wegen rheumatischer Beschwerden einen Arzt aufsuchen, ist jene des Muskelrheumatismus. Die Bezeichnung Muskelrheumatismus ist dabei nicht immer ganz zutreffend, weil die krankhaften Veränderungen, die zum Beschwerdebild führen, nicht unbedingt immer im Muskel sein müssen, sondern häufig im angrenzenden Gewebe, wie Sehnenfaser, Gelenkbänder und Gelenkkapsel, beziehungsweise an deren Verankerungsstellen im Knochen anzutreffen sind. Medizinisch spricht man deshalb besser von Weichteilrheumatismus, wenn man die Gesamtheit dieser Veränderungen und der dadurch hervorgerufenen Beschwerden bezeichnen will. Von diesem Weichteilrheumatismus ist dann der spezielle Muskelrheumatismus lediglich eine besondere Untergruppe.

Die weichteilrheumatischen Krankheiten verursachen wohl die häufigsten Beschwerden im Formenkreis des Rheumatismus. Sie zeichnen sich durch eine ausgesprochene Schmerzhaftigkeit aus. Diese wiederum ist am häufigsten in der Nähe der Gliedmassen- oder Wirbelsäulen-Gelenken anzutreffen, an Knochenvorsprüngen, Sehnencheiden und Schleimbeuteln oder schliesslich auch an einzelnen Muskelbündeln. Ausserlich sichtbare Veränderungen wie bei rheumatischen Gelenkprozessen (Schwellungen, Ueberwärmungen, Deformierungen) kommen nur selten vor, und wenn, dann vor allem im Bereich entzündlich veränderter Schleimbeutel oder in Form leichter Schwellungen und Ueberwärmungen über den Knochenvorsprüngen, wo die wichtigsten Sehnen- und Gelenkkapseln am Skelett verankert sind. Die Intensität der Beschwerden kann ausserordentlich wechselnd sein, so dass die Schmerzen einen wellenförmigen Verlauf nehmen. Dieser ist durch äussere Faktoren wie Wetter und Klima, Tätigkeit und Arbeit, Lage, Stellung und Bewegung, oder von anderen Miterkrankungen, ja häufig auch vom psychischen Zustand des Patienten abhängig. Auch die Lokalisation der Beschwerden kann wechseln, indem nicht immer genau die gleichen Körperstellen im Verlauf der Krankheit am schmerzhaftesten sind.

Vielfach sind die Patienten in der Sprechstunde überrascht, wenn der Arzt hochempfindliche Druckschmerzhaftigkeiten feststellen kann an Stellen, die dem Patienten gar nicht sonderlich zum Bewusstsein kamen, da scheinbar andere Schmerzzonen im Vordergrund standen. Auch die Lokalisation der vom Arzt feststellbaren Druckschmerzhaftigkeit kann von Tag zu Tag wechseln. Dieses

Wandern der Beschwerden und der Druckdolenz war für die Bezeichnung der ganzen Krankheitsgruppe als «Rheumatismus» wegleitend, kommt doch das Wort Rheuma vom Griechischen und bedeutet das Fliessende.

Weichteilrheumatische Beschwerden und damit auch der Muskelrheumatismus sind zwar äusserst schmerzhaft, aber im Grunde harmlose Krankheiten. Sie können wohl wegen ihrer Schmerzhaftigkeit zum Arbeitsunterbruch und zur Beeinträchtigung in der Ausführung einer bestimmten Tätigkeit führen, zeigen aber keine Tendenz zu ernsthaften Komplikationen. Laboratoriumsuntersuchungen des Blutes ergeben nur äusserst selten beim Weichteilrheumatismus krankhafte Befunde. Untersucht man die krankhaften Stellen unter dem Mikroskop (nach einer Probeexzision), so findet man häufig nur geringe Veränderungen. In der Mehrzahl der Fälle handelt es sich dabei um sogenannte Degenerations- oder Abnutzungsvorgänge. Dadurch werden engere Beziehungen dieser Beschwerden zu anderen Abnutzungskrankheiten des Bewegungsapparates, den Gelenkarthrosen, geschaffen. Weichteilrheumatische Beschwerden sind demnach sehr häufige Begleiterscheinungen im Rahmen von Abnutzungskrankheiten an Wirbelsäule und Gelenken. Dazu gehören die Arthrosen der Gliedmassen und der kleinen Wirbelgelenke, wie auch die Spondylosen an der Wirbelsäule inklusive Bandscheibenschädigungen und anderes mehr.

Hört man von Abnutzungsvorgängen und Abnutzungskrankheiten, so denkt man unwillkürlich an Alter und Alterskrankheiten. Tatsächlich können auch pathologisch-anatomisch mit zunehmendem Alter solche Veränderungen vermehrt an den Gelenken und Weichteilen nachgewiesen werden. Auch im Röntgenbild, wo solche Prozesse sichtbare Befunde auf der Röntgenplatte erkennen lassen, sind Abnutzungssymptome mit zunehmendem Alter immer häufiger nachzuweisen. Dennoch zeigt es sich, dass die meisten der Patienten, die an weichteilrheumatischen Beschwerden leiden, zwischen dem dreissigsten und fünfzigsten Altersjahr stehen, während ältere Menschen, trotzdem die krankhaften Vorgänge langsam fortschreiten, weniger unter dieser Form des Rheumatismus zu leiden haben. Als auslösende Ursachen solcher weichteilrheumatischer Beschwerden, die häufig plötzlich einsetzen, werden angeführt: mechanische Ueberlastungen (berufliche und sportliche Ueberanstrengungen), begleitende Infektionskrankheiten, vor allem Katarrh der oberen Luftwege, lokale und allgemeine Unterkühlungen, wie sie durch Zugluft, Wetterwechsel und ähnliche Ursachen entstehen.

Die häufigsten weichteilrheumatischen Beschwerden treten an Nacken und Schultergürtel auf sowie im Bereich der

# Aus unserer Arbeit

Lendenwirbelsäule und des Beckens. Sie können aber auch in Knie, Ellbogen oder irgendeinem anderen Gelenke vorkommen. Nicht immer ist es möglich, sofort die Ursache festzustellen, die zur Auslösung der Beschwerden führte. Häufig klingen die Schmerzen auch spontan nach einigen Tagen wieder ab. Krankhafte Veränderungen an den Ansatzstellen der Sehnen oder in der Sehne, Band und Kapsel-faser selber sowie in der Umgebung derselben (Schleimbeutel, Knochenhaut), bewirken eine Steigerung der Spannung in den betreffenden Muskeln. Diese fühlen sich hart, schmerzempfindlich und zeitweise von Knötchen durchsetzt an. Durch die Zunahme der inneren Spannung der Muskeln wird die krankhaft veränderte Sehne und ihre Ansatzstelle einem vermehrten Zug ausgesetzt. Dies vermehrt einerseits die Schmerzhaftigkeit und setzt andererseits die Muskelspannung noch mehr herauf, wobei der Muskel selber ebenfalls schmerzempfindlich wird. Weil die Muskelfaser mit ihrer engen Verflechtung zum Sehnen- und Kapselgewebe an diesem Vorgang beteiligt ist, nennt man das ganze Krankheitsgeschehen Muskelrheumatismus. Gelingt es therapeutisch, die Muskelspannung durch Medikamente, Wärme, Massage oder Bewegungstherapie herabzusetzen, so wird der Kreislauf der gegenseitigen Beeinflussung von Sehnenfaser und Muskulatur unterbrochen, die Schmerzen verringern sich oder verschwinden ganz.

Die Muskulatur des alten Menschen spricht weniger rasch und weniger stark auf Schmerzeinflüsse von der Sehnenfaser her an. Das bewirkt wahrscheinlich, dass muskelerheumatische «Beschwerden» beim alten Menschen weniger häufig vorkommen als bei jüngeren, die noch im Vollbesitz ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit sind.

Aus den schädigenden Ursachen, welche zu den Schmerzanfällen führen, ergeben sich nicht nur Richtlinien für die Behandlung dieser schmerzhaften Zustände, sondern auch gewisse vorbeugende Massnahmen, wie Verhütung von einseitigen Ueberanstrengungen einer bestimmten Muskel- und Sehnen-gruppe, Schutz vor Unterkühlungen und nicht zuletzt regelmässige lockernde Bewegungsübungen zur Entspannung der verkrampften Muskulatur.

*Dr. med. D. Gross*

## ALLGEMEINES

### *Ferienlager für hämophile Knaben*

Vom 6. bis 25. Juli wurde im Kinderheim «Clos des Sapins» in St-Cergue das 7. Ferienlager für hämophile Knaben durchgeführt. Es bot 23 jungen Blutern, die wegen ihrer Krankheit nicht an einem regulären Lager teilnehmen können, einen Ferienaufenthalt, verbunden mit einem Lehrprogramm über die Möglichkeiten, wie sie sich gegen die vielen sie bedrohenden Gefahren schützen können. So vermögen die Kinder eine gewisse Selbständigkeit und Unabhängigkeit zu erlangen. Organisiert wurde die Kolonie vom Schweizerischen Roten Kreuz in Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Hämophiliegesellschaft. Auch dieses Jahr half das Inselspital in Bern wieder bei der praktischen Durchführung des Ferienlagers, vor allem, indem es Fachpersonal zur Verfügung stellte. Der Arzt wurde durch das Kinderspital Zürich vermittelt. Die Kosten für diese Lager werden gemeinsam von den Eltern der Bluter, der Invalidenversicherung und dem Schweizerischen Roten Kreuz getragen.

## KRANKENPFLEGE

### *Schnupperlehre für Pflegeberufe*

Das zweite Schnupperlehr-Ferienlager, das vom Schweizerischen Roten Kreuz in Zusammenarbeit mit der Berufsberatung vom 28. Juli bis 8. August in Lenk durchgeführt wurde, war von 50 Mädchen, hauptsächlich aus der deutschen Schweiz, besucht. Den jungen Interessentinnen wurde hier, fern vom Spital, aber auf sehr lebendige Art und Weise von einer Berufsberaterin und diplomierten Schwestern ein Einblick in die verschiedenen Pflegeberufe vermittelt (allgemeine Krankenpflege, psychiatrische Krankenpflege, praktische Krankenpflege, Wochenpflege, Säuglings- und Kinderkrankenpflege). Praktische Unterrichtsstunden wie Bettenmachen, Toilette eines Patienten und ähnliches, eine Spitalbesichtigung, Film- und Diskussionsabende boten einlässliche Information, während zwei Ausflüge den Feriencharakter des Lagers unterstrichen.

### *Ausstellung «Berufe im Dienste der Medizin»*

Hinter die Kulissen des Spitalbetriebes zu leuchten und verschiedene Berufsbilder zur Darstellung zu bringen, ist das Anliegen der Ausstellung, die unter dem Titel «Berufe im Dienste der Medizin» vom 1. bis 31. Oktober im Berner Gewerbemuseum

**MALEREI GIPSEREI**  
**ARM + CO BERN**

gepflegte, preiswürdige Maler- und Gipserarbeiten

Manuelstrasse 47  
Telefon 031 44 94 44