

**Zeitschrift:** Physiotherapeut : Zeitschrift des Schweizerischen  
Physiotherapeutenverbandes = Physiothérapeute : bulletin de la  
Fédération Suisse des Physiothérapeutes = Fisioterapista : bollettino  
della Federazione Svizzera dei Fisioterapisti

**Herausgeber:** Schweizerischer Physiotherapeuten-Verband

**Band:** 26 (1990)

**Heft:** 7

**Artikel:** Le médecin praticien face aux rhumatismes inflammatoires

**Autor:** Saudon, Y.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-930177>

### **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:** 15.03.2025

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

## Bewegung und Gesundheit

Jeder weiss es, doch nicht jeder sorgt dafür: Genügend Bewegung ist für das allgemeine Wohlbefinden ebenso notwendig wie eine gesunde Ernährung, wie eine befriedigende Tätigkeit und eine positive Lebenseinstellung.

Dies zeigt wieder einmal, dass nie nur ein Teil betrachtet werden sollte, denn erst, wenn wir die einzelnen Aspekte zusammenhängend sehen, erkennen wir das ganze Bild.

Unser Leben setzt sich zusammen aus vielen verschiedenen Aspekten, welche in Harmonie zueinander gebracht werden sollten: So erhalten wir die wünschenswerten Gesundheit.

Nun zur Bewegung: Genauso wie die tägliche Ernährung möglichst harmonisch zusammengestellt sein sollte (gesund, mässig und gut), gehört die tägliche Bewegung zur Notwendigkeit einer guten Gesundheit. Wie sonst könnten Körperform und Muskulatur in Form bleiben, wenn nichts dafür getan wird? Da es bekanntlich beim Alterwerden eher schlimmer als besser wird, tut man gut daran, so früh wie möglich damit anzufangen (spätestens heute!).

Bei ungenügender körperlicher Tätigkeit werden die Gelenke steif, Schmerzen treten auf, die Muskeln schwinden. Andererseits führt die tägliche Bewegung zu gesunden Kräften und schönen Formen. Denn, was nicht gebraucht wird, schwindet und bildet sich zurück, Beweglichkeit und Kraft bleiben nur dann erhalten, wenn der Körper regelmässig die nötige Arbeit erhält. Auch für unsere Lungen ist es notwendig, regelmässig zu grösserer Leistung angespornt zu werden. Nur so behalten sie ihre volle Leistungsfähigkeit; gleichzeitig wird das Blut mit gesundem, frischem Sauerstoff versorgt (vorausgesetzt wir treiben unseren Sport in frischer Luft), was sich wiederum nützlich für sämtliche Körperzellen auswirkt.

In welcher Form der einzelne sein Pensum an täglicher Körperaktivität betreibt, hängt von persönlichen Vorlieben und Neigungen ab. Es heisst also nicht: «Geht alle in den Wald zum Joggen!» Es soll sich jeder die Sportart aussuchen, die ihm persönlich am besten liegt, welche man also mit Freude ausführen wird. Was für den einen richtig ist, ist nicht unbedingt für den anderen auch gut.

Dem einen mag die Arbeit im Garten sehr lieb sein: Eine gesunde und abwechslungsreiche Tätigkeit stärkt die Muskulatur und hält den Körper in Bewegung. Für einen anderen ist der tägliche Spaziergang im Wald genau das richtige; der Dritte braucht die Herausforderung einer

Velotour kreuz und quer über Schweizer Pässe.

Um die Beweglichkeit und Formen des Körpers ganz gezielt auszubilden, zu fördern, eignen sich Gymnastik, Stretching, Joga, Tai Chi oder Tanz usw. Jogging alleine oder nur Gartenarbeit ohne irgendwelche Dehn- und Stretchübungen vernachlässigt doch einige Gelenke bzw. die Beweglichkeit wird nicht ausreichend unterstützt und gefördert.

Der tägliche Spaziergang im Wald, Jogging oder Tennis kann daher kombiniert werden mit einigen Dehn- und Stretchübungen, um die körperliche Flexibilität aufrechtzuerhalten. Dadurch werden zudem Ablagerungen in den Gelenken vermieden bzw. abgebaut, und es hilft, Gelenkschmerzen zu beseitigen.

Es versteht sich von selbst, dass die Beweglichkeit nur langsam gesteigert werden soll, falls schon lange nichts mehr für den Körper getan wurde, um Überdehnungen oder gar Zerrungen zu vermeiden.

Wer sich fit fühlt, über genügend Kondition und Muskelkräfte verfügt (ohne wie ein Bodybuilder aussehen zu müssen) und eine gewisse Beweglichkeit des Körpers sich antrainiert, der fühlt sich im Ganzen gesehen wohl und zufrieden.

Es zeigt sich immer wieder, dass jemand, der sich in einem psychischen Tief (z. B. Depression) befindet, meist erst recht wenig für den Körper tut, passiv und phlegmatisch wird. Dies wiederum fördert die Misere des Gemütes nur noch mehr. Andererseits hilft es gerade einem deprimierten Menschen, wenn er hinausgeht aus seinen vier Wänden, in die Frische der Natur, um durch körperliche Anstrengung ein gewisses Gefühl der Befriedigung wahrzunehmen.

Statt sich zu sagen: «Ich habe keine Lust für irgend etwas», sollte genau das Gegenteil getan werden: Irgend etwas tun, was Freude bereitet und ein gewisses Mass an Anstrengung verlangt.

So kann die tägliche «Fitnessstunde» gerade da helfen, wo sich ein «Tief» bemerkbar macht.

Nicht nur unsere Denkfähigkeit braucht ihr tägliches Training, sondern auch der Körper. Zufriedenheit und ein «Sich-rundum-wohl-Fühlen» kann also auch durch Fitness massgebend unterstützt werden.

Ein gut trainierter Körper steigert Selbstvertrauen, Ausgeglichenheit und Gesundheit.

Christina Hartmann  
Gesundheitsberaterin  
Haltenriedstrasse 37  
6045 Meggen  
Tel. 041/37 21 30

## Le médecin praticien face aux rhumatismes inflammatoires

Le diagnostic différentiel des rhumatismes inflammatoires et plus encore le diagnostic étiologique peuvent être une tâche ardue, voire impossible dans certains cas, même pour des rhumatologues disposant d'une longue expérience.

Il est bien évident que la plupart des patients atteints d'un rhumatisme inflammatoire consentent d'abord leur médecin praticien.

Pour celui-ci, la tentation est grande de faire appel à une batterie de tests dont la majorité sont aussi coûteux qu'inutiles, ainsi qu'aux nombreuses possibilités de l'imagerie moderne. Le résultat sera souvent décevant, si ce n'est trompeur: un test faussement positif ou une «surinterprétation» de l'imagerie vont égarer le diagnostic et conduire à des décisions thérapeutiques inadéquates.

Il n'est pas question ici de faire une revue générale des différentes formes de rhumatisme inflammatoire, mais bien plutôt d'apporter une réflexion sur l'attitude

que devrait adopter le médecin de premier recours.

Nous essayerons donc de présenter sous forme synoptique une sorte de «mode d'emploi» de l'anamnèse, de la clinique et des moyens de laboratoire et d'imagerie à disposition.

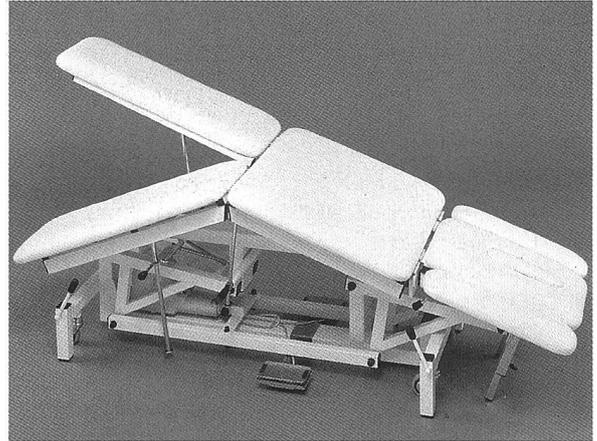
Il s'agira en premier lieu d'affirmer le diagnostic de rhumatisme inflammatoire (arthrites infectieuses, réactives, microcristallines ou «rhumatismales») par rapport à ce qui ne l'est pas, puis d'essayer d'affiner ce diagnostic en faisant appel aux données de l'anamnèse et du status avant d'évaluer l'apport du laboratoire et de l'imagerie. Enfin, nous essayerons de préciser ce qu'il ne faut pas faire et jusqu'où le médecin praticien peut aller dans ce processus de diagnostic et de prise en charge.

L'anamnèse et le status fourniront à notre avis les éléments essentiels: les caractères de la douleur et les signes physiques seront complétés par l'étude anam-

**stabil • bewährt • preiswert • praktisch**

**PRACTICAL**

- elektrisch- oder hydraulisch höhenverstellbar von 46 bis 95 cm
- als normale Behandlungsliege
- als Manipulationsliege mit Steckhorn für Hüft- und Schulter
- als Extensionsliege mit rollendem Unterteil und ankoppelbarem Gerätewagen
- Polster- und Gestellfarbe nach Wunsch
- **Preis ab Fr. 2600.-**

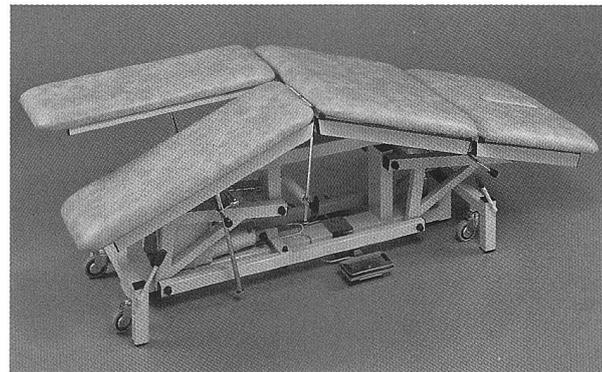


**PRACTICAL 5E split section**

**GENERALVERTRETUNG FÜR DIE SCHWEIZ**



**FRITAC MEDIZINTECHNIK AG**  
8031 Zürich  
Hardturmstrasse 76  
Telefon 01/271 86 12



**PRACTICAL 3R split section**

**BON**

Bitte senden Sie mir/uns Unterlagen

Bitte ausschneiden und einsenden an  
**FRITAC AG**  
Postfach  
8031 Zürich

- Liegen
- Therapiegeräte
- Gesamtdokumentation

Name \_\_\_\_\_  
Strasse \_\_\_\_\_  
Plz/Ort \_\_\_\_\_

**Die Lösung:  
Physio 2.5**

**Unsere EDV-Lösung für die Verwaltung Ihrer Praxis**

- Adressenverwaltung
- Behandlungserfassung
- Kostengutsprache
- Leistungserfassung
- Tarifverwaltung
- Fakturierung mit Behandlungsausweis
- Offene Posten mit Mahnwesen
- usw... **Fr. 5350.-**

**Finanz-Buchhaltung**

- mandantenfähig
- Quartalsabschluss
- provisorische und definitive Verbuchung
- Kontenplan frei wählbar
- automatisches Buchen
- usw... **Fr. 1390.-**

**Fr. 6740.-**

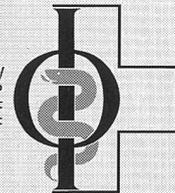
**Set-Preis (Physio + Fibu)**

**Fr. 6140.-**

auch als Netzwerkversion erhältlich

**Data-Correct**  
**Halden 7, 9422 Buchen**  
**Telefon 071/42 53 92**

SPV  
FSP  
FSF  
FSF



**Physiotherapeut  
Physiothérapeute  
Fisioterapista  
Fisioterapeuta**

**NEU  
NOUVEAU  
NUOVO**

Inserate - Annonces:

Administration Physiotherapeut  
Postfach 735  
8021 Zürich



**Moderne Geräte für  
Therapie und Leistungs-  
messung**

preisgünstig und mit einwandfreiem Servicedienst. TUNTURI-Pulsmessgerät 295.-, TUNTURI-Ergometer standard 845.-, elektronisch 3980.-, TUNTURI-Laufbandtrainer 1430.-

**Z  
BO**

**GTSM**  
032/23 69 03

**2532 Magglingen**

01/461 11 30

Bitte Prospekt und Bezugsquellen-Nachweis senden

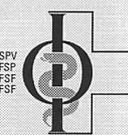
Name/Adresse: \_\_\_\_\_

nestique et clinique des symptômes d'accompagnement pouvant servir de «clés de diagnostic».

La localisation pourra apporter quelques arguments d'appoint. Il faut relever qu'une arthrite septique est dans la très grande majorité des cas monoarticulaire (sauf diabétiques, cortisonés et immunodéprimés), alors que les arthrites «rhumatismales» sont plutôt oligoarticulaires ou polyarticulaires. Les arthrites microcristallines sont le plus souvent monoarticulaires, mais elles peuvent être aussi oligoarticulaires, voire mixtes.

Les possibilités et les limites du laboratoire sont étudiées, de même que celles de l'imagerie.

Ces considérations nous conduisent à insister sur les erreurs thérapeutiques à éviter. En cas de suspicion de rhumatisme infectieux, la preuve bactériologique est capitale: il ne faut donc pas donner d'antibiotiques avant que les prélève-



SPV  
FSP  
FSF  
FSI

**Physiotherapeut**  
**Physiothérapeute**  
**Fisioterapista**  
**Fisioterapeut**

---

**NEU**  
**NOUVEAU**  
**NUOVO**

Inserate – Annonces:  
Administration Physiotherapeut  
Postfach 735  
8021 Zürich

ments bactériologiques aient été effectués (analyse du liquide synovial, éventuellement hémocultures, frottis urétral ou vaginal, culture de pustule, etc.). Il faut préciser qu'une arthrite microcristalline peut être fébrile et contenir un liquide puriforme. (Prof. Dr méd. Y. Saudon, Lausanne) ●

## Blutspuren im Urin

Blut im Urin ist immer ein ernst zu nehmen- des Symptom. Sobald es sich um sichtbares Blut handelt, kann dies auch der Laie leicht verstehen. Aber auch zufällig festgestellte mikroskopische Blutspuren müssen unbedingt abgeklärt werden. Die Ursache kann durchaus harmlos sein: Zum Beispiel eine Entzündung, eine Infektion, ein Stein oder eine gutartige Prostatavergrösserung. Die Möglichkeit eines Tumors oder sogar eines Krebses ist aber nie ganz auszuschliessen. Manchmal genügt eine einfache Urinuntersuchung für die Diagnose (z. B. bei einer Entzündung oder einer Infektion). Häufig sind jedoch eingehendere Untersuchungen wie Ultraschall, Röntgen, Computertomogramm oder eine Blasenspiegelung unumgänglich; über die Notwendigkeit einer vernünftigen Reihenfolge der Untersuchungen wird sich der Hausarzt mit dem Spezialisten (Urologen oder Nephrologen) beraten.

### Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten

Als Ursache von Blutspuren im Urin finden sich in 10 bis 20 Prozent der Fälle gutartige oder bösartige Blasen-tumoren. Gutartige sowie Anfangsstadien der bösartigen Tumoren werden mittels Operation durch die Harnröhre (transurethrale Operation) entfernt; diese Operationsmethode hat, abgesehen von der schonenden Art, den Vorteil der «Wiederholbarkeit». Dies ist um so wichtiger, als diese Tumoren – auch gutartige – die Tendenz haben, wieder aufzutreten. Zellwachstumshemmende Medikamente, die direkt in die Blase eingespritzt wer-

den, können diese sogenannten «Rezidive» hemmen oder gar verhindern. Hat der Blasenkrebs die tieferen Wandschichten durchwachsen, so ist seine vollständige Entfernung durch die Harnröhre nicht mehr möglich. Sofern der Gesundheitszustand des Patienten es erlaubt, müssen dann eingreifendere Massnahmen wie die Entfernung der ganzen Blase und/oder Bestrahlung in Erwägung gezogen werden. Das Problem des «Blasenersatzes» hat bereits frühere Chirurgengenerationen beschäftigt; damals allerdings mehr im Zusammenhang mit den schweren Folgen der Harnwegstuberkulose als infolge von Tumoren. Als Blasenersatz wird eine «ausgeschaltete

Darmschlinge» verwendet; sie wird häufig als künstlicher Ausgang direkt in die Bauchwand abgeleitet. In gewissen Fällen wird die neugebildete Darmblase sogar mit der Harnröhre verbunden, was dem Patienten erlaubt, auf normalem Wege Urin zu lösen. Bezogen auf die Gesamtzahl der Blasen-tumorpatienten werden solche ausgedehnten Operationen jedoch selten durchgeführt.

Die Bestrahlung stellt manchmal eine gute Alternative dar. Als mögliche unangenehme Nebenwirkung müssen trotz moderner, schonender Behandlungstechniken Entzündungen, Darmreizungen oder sogar Blutungen in Kauf genommen werden. Rauchen, unkontrollierte Einnahme von gewissen Schmerzmitteln (vor allem Kopfwehmitteln) über längere Zeit oder beruflicher Kontakt mit bestimmten chemischen Substanzen (z. B. Anilin) sind erwiesenermassen blasenkrebsfördernd.

Eine weitere Blutungsursache sind Nierentumore. Da es sich dabei meistens um krebsartige Geschwülste handelt, muss in der Regel die ganze befallene Niere entfernt werden. Eine gesunde Niere allein genügt jedoch vollkommen, um ein normales Leben ohne Einschränkung zu führen.

Wie eingangs erwähnt, sind lange nicht alle Blutbeimengungen im Urin tumorbedingt. Abgesehen von seltenen Missbildungen können entzündungs- oder infektionsbedingte Schädigungen der Schleimhaut, der Harnwege oder sogar des «Filterapparates» der Niere Blutbeimengungen im Urin verursachen. Eine Behandlung erfolgt in diesen Fällen medikamentös.

Schliesslich kommt es nicht selten vor, dass gar keine Blutungsquelle gefunden wird. Man nimmt dann meistens an, dass die Blutspuren aus kleinsten, harmlosen Verletzungen des Harnapparates (z. B. nach Anstrengungen) herrühren, die keiner besonderen Behandlung, sondern nur einer vernünftigen Kontrolle bedürfen. (Dr. med. C. Barone, Liestal) ●

### Adressänderungen

Adressänderungen betreffend die Zustellung des «Physiotherapeuten» bitte an folgende Adresse senden:

Sekretariat SPV  
Postfach  
6204 Sempach Stadt

### Mutations

Changements d'adresse concernant l'envoi de la revue «Physiothérapeute» à envoyer à l'adresse suivante, s.v.p.:

Sekretariat SPV  
Postfach  
6204 Sempach-Stadt