Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 57 (1979)
Heft: 4

Artikel: Morbus Bechterew - noch immer ein Rätsel
Autor: Baumberger, Heinz
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-723321

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 17.07.2025

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

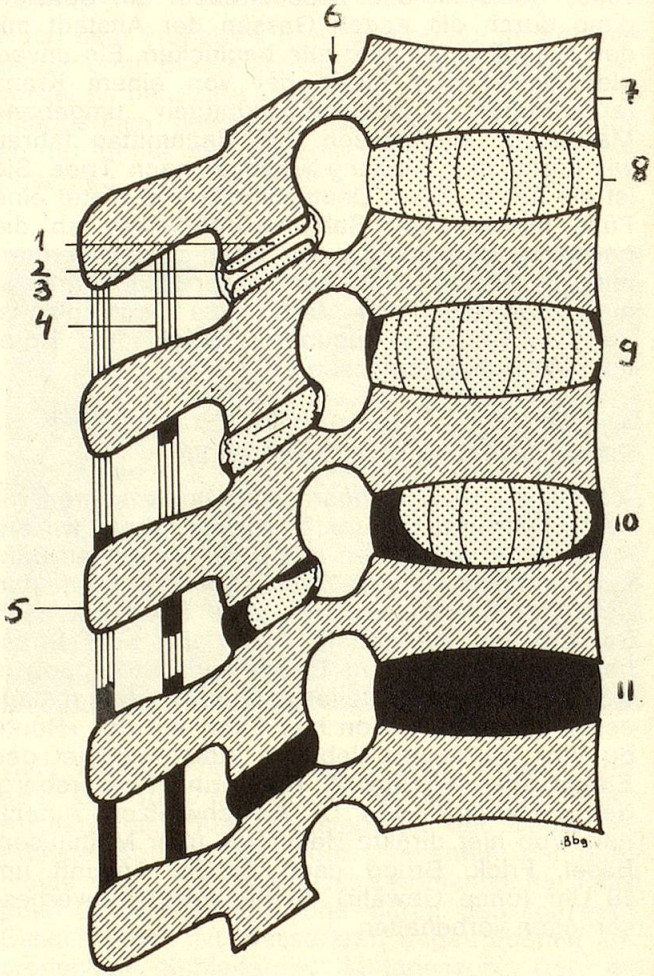
Morbus Bechterew – noch immer ein Rätsel

Immer wieder muss ich an eine ältere Bekannte denken, die vor vielen Jahren mit gekrümmtem Rücken und Blicken nach unten daherging, eine warmherzige Frau übrigens, mit einem Ehrendoktor. Damals wusste ich allerdings noch nichts von dem klangvollen Namen «Bechterew».
Prähistorische Funde von Skeletten zeigen, dass es schon seit Anbeginn der Menschheit diese chronisch entzündliche Wirbelsäulenversteifung gab, an der in der Schweiz heute etwa 20 000 Personen (gegen 0,5 Prozent der erwachsenen Bevölkerung) leiden. *mk*

Einst . . .
Früher sah man sie nicht selten, jene meist mageren, mit langsamen und zögernden Schritten daherkommenden Männer (und manchmal auch Frauen), die durch ihren starken Buckel auf Schulterhöhe auffielen. Ihr Blick war stets nach unten, zu ihren Füssen, gerichtet; sie konnten ihren Kopf nicht mehr heben, konnten nicht mehr geradeaus, geschweige denn in die Höhe blikken. Die Aerzte standen der Krankheit fast hilflos gegenüber. Zwar gab es Mittel gegen die starken Schmerzen; die damals verordnete Schonung der schmerzenden Wirbelsäule führte aber im Laufe der Jahre zu einer unwiderruflichen Versteifung, verbunden mit der typischen Krümmung nach vorn, eben dem Buckel. Das war das gefürchtete Endstadium der Wirbelsäulenversteifung.

. . . und jetzt
Heute darf es auf keinen Fall mehr so weit kommen. Statt Schonung und Ruhigstellung der befallenen Gelenke heisst die Parole heute: Bewegung. Nicht unkontrollierte, wilde Bewegung natürlich, sondern gezielte, vom Physiotherapeuten überwachte Gymnastikübungen, auch daheim täglich als Hausaufgabe durchgeführt, vermögen mindestens die Verkrümmung der Wirbelsäule zu verhindern. Damit aber ist es meistens möglich, die berufliche Tätigkeit fortzusetzen, eine Invalidität zu vermeiden.

Nicht nachgeben
Wie kaum bei einer andern Krankheit muss der Bechterew-Patient selber mitarbeiten. Der Arzt kann die Schmerzen lindern, die Entzündung eindämmen. Die tägliche Gymnastik aber muss der Patient selber durch-



Schema der Wirbelsäule von der Seite

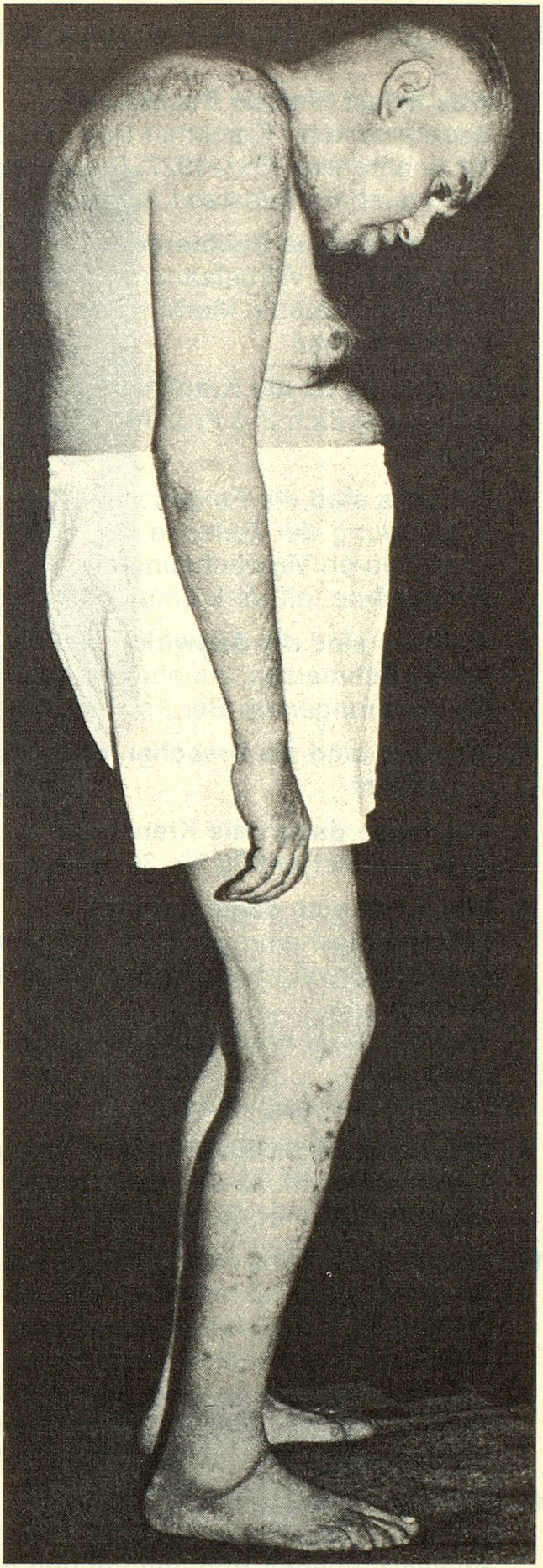
1 Knorpel, 2 Spalt, 3 Kapsel, 4 Bänder, 5 Dornfortsatz, 6 Kanal für Rückenmark, 7 Wirbelkörper, 8 Bandscheibe, 9 beginnende Verknöcherung, 10 fortgeschrittene Verknöcherung, 11 völlige Verknöcherung.
(hell: normal, schwarz: Verknöcherung)

führen — eisern, ohne Unterbruch, während der ganzen Dauer der Krankheit, also während Jahrzehnten. Durch das ständige Training bleibt die Rückenmuskulatur funktionstüchtig und stark und vermag die kranke Wirbelsäule aufrecht zu halten. Aber auch Schwimmen in warmem Wasser, Wandern, Skilanglauf und andere leichte Sportarten sind empfehlenswert. Als ganz besonders günstig haben sich die Streckübungen erwiesen, die beim Volleyballspiel ständig unwillkürlich ausgeführt werden.

Der Bechterew-Patient ist oft recht einsam und allein mit seiner Krankheit. Mindestens in den ersten Jahren sieht man ihm seine Schmerzen und seine zunehmende Behinderung nicht an. Er geht voll seinem Beruf nach. Nur ausnahmsweise wird er, durch Zufall, einen Leidensgenossen antreffen, mit dem er seine ganz persönlichen Probleme, Sorgen und Aengste besprechen kann. Wenn man aber während 20, 30, ja vielleicht 50 Jahren an einer chronischen Krankheit leidet, muss man sich einmal aussprechen können.

Auch «Bechterewler» können alt werden

Die Zeit steht nicht still. Aus dem jungen, energischen Sportler, der die Diagnose «Morbus Bechterew» mit Bestürzung zur Kenntnis nahm, wird ein gesetzter Mann, der sich mit seinem Schicksal abgefunden hat. Und nach weiteren Jahren gehört er zu den Senioren; an seinem Arbeitsplatz wurde er pensioniert. Zwar muss er jetzt nicht mehr jeden Morgen steif und mit schmerzendem Rücken zur Arbeit gehen; zwar kann er sich jetzt mehr Zeit nehmen zum Wandern, zum regelmässigen Besuch eines Thermalschwimmbades. Aber er hat auch den Kontakt mit seinen Mitarbeitern verloren, und damit wächst seine Einsamkeit. Wegen seiner Behinderung, der häufigen Schmerzen, aber auch wegen der vielen Zeit, die er für Behandlungen und Bewegungsübungen brauchte, konnte er in keinem Verein aktiv mitmachen. Nun, da er sich wegen der steifen Wirbelsäule auf der Strasse unsicher fühlt, ungern Treppen steigt und bald ausser Atem kommt, nun braucht er erst recht viel Energie und Lebensfreude, um sich nicht gehenzulassen. Glücklicherweise hören die



Diese typische Krümmung der Wirbelsäule, die den Patienten nur noch nach unten blicken lässt, ist eine gefürchtete Folge der Bechterewschen Krankheit.

12 Fragen — 12 Antworten zum Morbus Bechterew

1. **Was heisst Morbus Bechterew?**
   Bechterewsche Krankheit (morbus, lateinisch = Krankheit)
   (W. Bechterew, 1857–1927, Professor für Psychiatrie und Neurologie in St. Petersburg/Russland, beschrieb diese nach ihm benannte Krankheit.)

2. **Was ist Morbus Bechterew?**
   entzündliche Wirbelsäulen-Versteifung (Spondylitis ankylopoetica, ankylosierende Spondylitis, Morbus Bechterew), eine Krankheit des rheumatischen Formenkreises

3. **Wie häufig ist die Krankheit?**
   wahrscheinlich 3–5 Promille der erwachsenen Bevölkerung, davon mehrheitlich Männer

4. **Welches sind die Folgen von Morbus Bechterew?**
   Entzündung der Gelenke der Wirbelsäule, später Verknöcherung der Gelenke und dadurch Verwachsung der Wirbel; führt zu vollständiger Versteifung der Wirbelsäule mit Verkrümmung nach vorn

5. **Welches sind die Auswirkungen auf den Patienten?**
   starke Schmerzen, zunehmende Behinderung, psychische Belastung, Erschwerungen im Berufsleben, Gefahr frühzeitiger Invalidität

6. **Welches sind die Ursachen dieser Krankheit?**
   unbekannt

7. **Wie lange dauert die Krankheit?**
   Beginn meist mit 20 bis 30 Jahren, Dauer lebenslänglich

8. **Was kann man dagegen tun?**
   entzündungshemmende und schmerzstillende Medikamente
   spezielle physiotherapeutische Behandlung zur Erhaltung der Beweglichkeit der Wirbelsäule
   Thermalbäder und Massagen zur Entspannung und Stärkung der verkrampften Muskulatur
   tägliche Spezialgymnastik

9. **Was ist die Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew?**
   Zusammenschluss der Bechterew-Patienten der Schweiz und ihrer Freunde zu einer Selbsthilfeorganisation

10. **Was will die Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew?**
    Pflege des Kontaktes zwischen den Patienten
    Gedanken- und Erfahrungsaustausch
    Aufbau von regionalen Therapiegruppen
    Information über medizinische, therapeutische und soziale Fragen
    Vermittlung von Kontakten zu medizinischen und sozialen Beratungsstellen
    Herausgabe eines vierteljährlichen Mitteilungsblattes

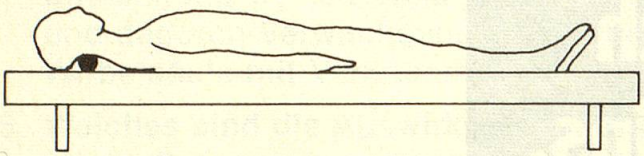
11. **Mit wem arbeitet sie zusammen?**
    Mit allen zuständigen Organisationen, insbesondere aber mit der Schweizerischen Rheumaliga und den kantonalen Rheumaligen

12. **Wie werde ich Mitglied?**
    durch Anmeldung beim Sekretariat, Dufourstrasse 31, 8008 Zürich, Telefon 01 / 69 17 69

schweren Krankheitsschübe im Alter allmählich auf.

Ein Verein will helfen

Wer eine Krankheit hat, die ihn von seinen Jugendjahren an nicht mehr loslassen wird, möchte über diese Krankheit Bescheid wissen. Wie wird es weitergehen? Wie werde ich in zehn Jahren dran sein, wie in zwanzig und dreissig? Werde ich meinen Beruf wechseln müssen? Was soll ich meinem Arbeitgeber sagen? Und werde ich die Belastung und die Verantwortung des mir angebotenen höheren Postens tragen können? Zum Glück sind unsere Rheumaärzte willens, uns nicht nur zu helfen, sondern auch zu raten.



Korrekte Schlafstellung

Der «Bechterewler» weiss Bescheid: Will er nicht riskieren, mit einer verkrümmten und versteiften Wirbelsäule, die seine Atmung behindert, invalid zu werden, so muss er sich wehren. Er muss die Turnübungen, die er in der Rheumaklinik gelernt hat, regelmässig und sorgfältig durchführen. Das ist aber sehr schwer. Wenn es wieder einmal in allen Muskeln zieht und sticht, wenn man lieber etwas anderes tun würde, oder wenn man einfach zu müde ist, verzichtet man nur allzu gerne auf das Turnprogramm, zum eigenen Schaden natürlich. Da hilft nur eines: Gruppenturnen! Die Kameraden spornen an, die Therapeutin hilft und muntert auf, und der eigene Ehrgeiz will auch noch nicht aufgeben. So zeigen sich dann auch langsam die ersten Fortschritte, und damit beginnt die Zeit, von der an man die wöchentlichen Zusammenkünfte nicht mehr missen möchte. Man freut sich auf die bekannten Gesichter, auf das zwar immer noch beschwerliche Turnen und auf den anschliessenden Schwatz.

All das ist aber erst seit einem guten Jahr möglich. Damals wurde die **Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew** gegründet, um alle Bechterew-Patienten der Schweiz zusammenzuschliessen, um ihnen zu helfen, ihre Isolation zu überwinden, sich besser informieren zu können und vor allem, um ihnen Gelegenheit zu bieten, ihr Trainingsprogramm in Gruppen unter fachmännischer Leitung durchzuführen.

Der bisherige Erfolg übertrifft alle Erwartungen. Bereits haben sich über 450 Bechterew-Patienten als Aktivmitglieder angemeldet, und mehr als 100 Passivmitglieder unterstützen uns als Freunde und Gönner.

Ein vierteljährlich erscheinendes **Mitteilungsblatt** orientiert die grosse Familie über alle Neuigkeiten, und an verschiedenen Orten konnten bereits Gruppen für das Bechterew-Turnen organisiert werden; andere sind in Vorbereitung.

Die Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew ist eine Selbsthilfeorganisation. Sie ist Mitglied der Schweizerischen Rheumaliga und arbeitet eng mit den kantonalen Rheumaligen zusammen.

Es gibt in der Schweiz über 20 000 Bechterew-Patienten. Ihnen möchte die junge Vereinigung helfen.

Heinz Baumberger, Dr. phil.,
Präsident der Schweizerischen
Vereinigung Morbus Bechterew

ZIR-KOR®
beruhigt Herz und Nerven
Empfohlen bei Herzklopfen, Schlaflosigkeit, Schwindel, Wallungen etc.
Zur wirksamen Belebung und Tonisierung des gesamten Blutkreislaufes.
Auch gegen Beschwerden der Wechseljahre.
ZIR-KOR®
Herz- und Nerventropfen
100 ml Fr. 9.20
In Apotheken und Drogerien