

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 66 (1988)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Morbus Bechterew : entzündliche Wirbelsäulenversteifung  
**Autor:** Baumberger, Heinz  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-724056>

### **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

## Entzündliche Wirbelsäulenversteifung

**Der Morbus Bechterew gehört zu den chronischen entzündlichen rheumatischen Krankheiten. Nach einer Entzündung der Gelenke zwischen Becken und Wirbelsäule beginnen die Bandscheiben, die Wirbelsäulengelenke und die Bänder längs der Wirbelsäule zu verknöchern. Dies führt zu einer fortschreitenden Versteifung und einer darauffolgenden Einschränkung der Beweglichkeit.**

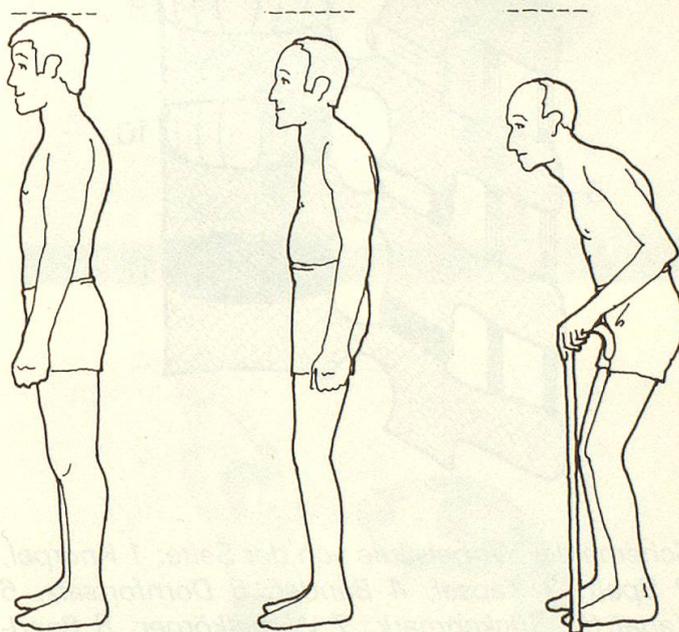
Der kranke Mensch ist in der Regel ein passiver Mensch. Schmerzen, Fieber und körperliche Schwäche beeinträchtigen seine Lebensgewohnheiten, seine Aktivitäten. Er ist ein Patient, ein Mensch, der «patients», d.h. geduldig und voll Hoffnung auf eine Besserung seines Zustandes, vielleicht sogar auf die Heilung wartet.

In vielen Krankheitsfällen gehören die Bettruhe, die gute Betreuung und Pflege sowie die Befreiung von den beruflichen Verpflichtungen zu den wichtigsten therapeutischen Massnahmen; sie werden unterstützt durch geeignete Medikamente und weitere ärztliche Verordnungen. Der Körper braucht Zeit, um die Krise zu überwinden, um Kraft und Beweglichkeit wieder zu finden.

Die moderne medizinische Wissenschaft hat aber erkannt, dass es nicht in allen Fällen gut ist, wenn der Kranke lediglich passiv und geduldig auf die Heilung wartet. Es gibt eine ganze Reihe von Krankheiten, bei denen es von grösster Wichtigkeit ist, dass sich der Patient aktiv an seiner Behandlung beteiligt. Ein besonders eindrückliches Beispiel dafür ist der Morbus Bechterew.

### Schon die alten Ägypter ...

Der Morbus Bechterew, auch Spondylitis ankylosans genannt, ist eine sehr alte Krankheit. Man konnte ihn an ägyptischen Mumien nachweisen, fand aber auch in Europa Skelette aus dem frühen Mittelalter, welche die typischen Zeichen dieses Leidens tragen. Es gibt seit vielen tausend Jahren Menschen, welche unter dessen Qualen

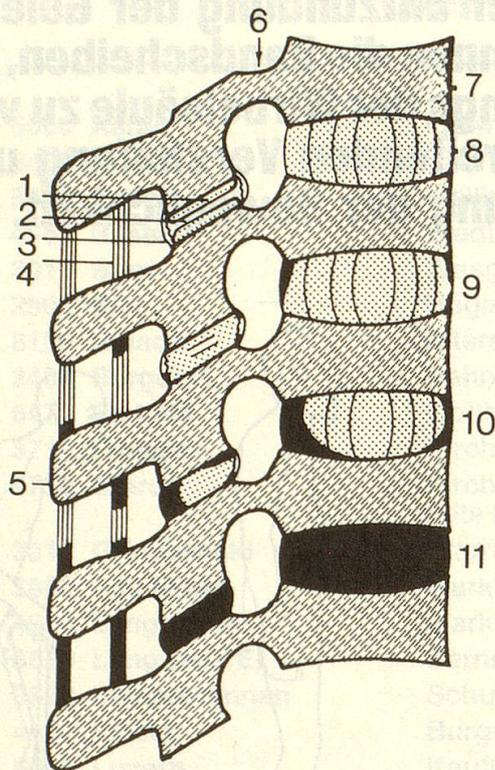


*Der typische Verlauf eines schweren Falles von Morbus Bechterew mit starker Versteifung und Behinderung: Ein Verlauf, der bei den heute zur Verfügung stehenden Behandlungsmöglichkeiten nur noch selten vorkommt.*

### Viele Namen für eine Krankheit

Morbus Bechterew –  
 Bechterewsche Krankheit (W. Bechterew,  
 1857–1927, russischer Arzt)  
 Entzündliche Wirbelsäulen-Versteifung  
 Spondylitis ankylosans  
 Ankylosierende Spondylitis

litten – aber erst zu Beginn des 20. Jahrhunderts begannen sich einige Ärzte für dieses sonderbare Leiden zu interessieren, so auch *Wladimir von Bechterew (1857–1927)* im damaligen St. Petersburg, auf dessen Beschreibung die Bezeichnung «Bechterewsche Krankheit» zurückgeht. Erst die letzten Jahre haben uns neue Erkenntnisse über die Ursachen und vor allem über die Behandlung der Krankheit gebracht.



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)

### Häufiger als vermutet

Der Morbus Bechterew gehört zu den entzündlichen rheumatischen Krankheiten. Nach einer Entzündung der Gelenke zwischen Becken und Wirbelsäule beginnen die Bandscheiben, die Wirbelsäulengelenke und die Bänder längs der Wirbelsäule zu verknöchern, was zu einer fortschreitenden Versteifung und Einschränkung der Beweglichkeit führt. Der schubweise auftretende Vorgang ist meist mit starken Schmerzen verbunden. Im Laufe der Jahre kann sich die Wirbelsäule im oberen Teil so nach vorn krüm-

men, dass der Patient nicht mehr geradeaus, sondern nur noch auf seine eigenen Füße zu blicken vermag. Er wird dadurch invalid. Der Morbus Bechterew, die entzündliche Wirbelsäulen-Versteifung, ist keine seltene Krankheit. Bessere Untersuchungsmethoden und zahlreiche neue Studien lassen erkennen, dass früher die Häufigkeit des Vorkommens unterschätzt worden ist. Man nimmt heute an, dass der Morbus Bechterew bei 1 bis 1,5% der Bevölkerung auftritt, was für die Schweiz 60 000 bis 90 000 Betroffene ergibt.

### Keine «Krankheit der jungen Männer»

Die Krankheit beginnt meist bei jungen Menschen zwischen dem 18. und dem 30. Altersjahr.

### *Ihre Ursache ist noch weitgehend unbekannt.*

Nach dem heutigen Stand des Wissens muss eine erbliche Veranlagung vorliegen. Man vermutet, dass die Krankheit selber durch eine Infektion des Magen-Darm-Traktes mit bestimmten Bakterien ausgelöst wird.

Der Morbus Bechterew wurde bis vor kurzem als die «Krankheit der jungen Männer» bezeichnet, wobei in der Regel ein Geschlechterverhältnis von 10 Männern auf eine Frau angegeben wurde. Heute weiss man, dass auch Frauen relativ häufig davon betroffen sind. Das Verhältnis ist mindestens 3:1, wahrscheinlich aber sogar 1:1.

## Schweiz. Vereinigung Morbus Bechterew



### Kontaktadressen

- Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew, Röntgenstr. 22, 8005 Zürich, Tel. 01/44 78 66, Postcheckkonto 80-63687-7;
- Rudolf Tüscher (Vizepräsident der SVMB), Dählenweg 27, 2503 Biel, Tel. 032/25 16 25.

Da die Ursache des Morbus Bechterew noch unbekannt ist, gibt es leider noch keine Therapie, welche die Krankheit an ihrer Wurzel bekämpft. Die heute zur Verfügung stehenden Behandlungsmöglichkeiten haben das Ziel, einerseits den Entzündungsprozess zu dämpfen und andererseits Fehlhaltung und Versteifung im Bereiche der Wirbelsäule und der Gelenke zu verhindern.

Die moderne Bechterew-Therapie führt den Angriff gegen die Krankheit an drei Fronten:

1. die medikamentöse Behandlung gegen die rheumatische Entzündung, die Schmerzen und die Muskelverkrampfung,
2. die passive physikalische Therapie zur Entzündungshemmung und Lockerung der verkrampften Muskulatur,
3. die aktive Bewegungstherapie zur Kräftigung der Muskulatur und zur Erhaltung oder Verbesserung der Beweglichkeit der Wirbelsäule.

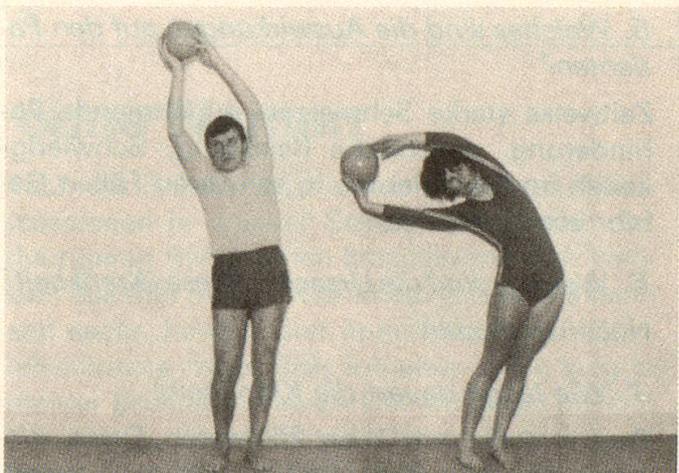
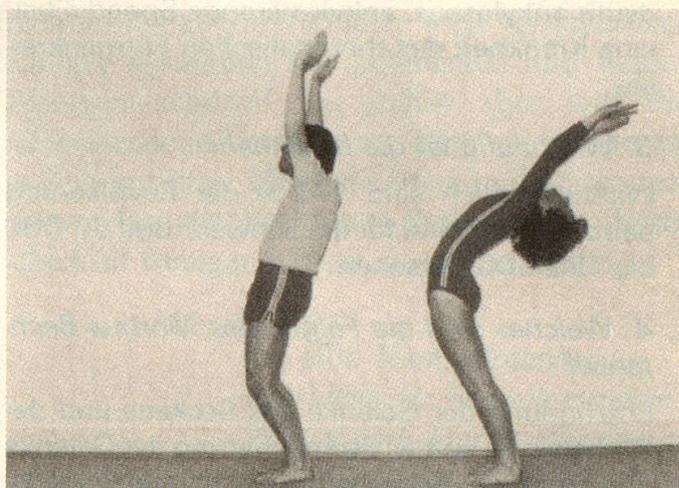
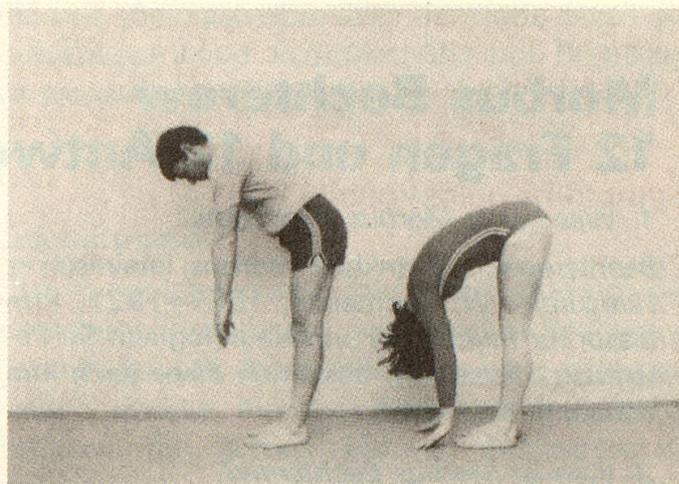
#### «Bechterewler» brauchen Bewegung

Es ist unerlässlich, dass sich der Bechterew-Patient während der ganzen Dauer seiner Erkrankung, d. h. während seines ganzen Lebens, stets mit seiner Krankheit auseinandersetzt.

Er erlernt zunächst in einer Rheumaklinik die für ihn wichtigen Gymnastikübungen und wird sich später in der Regel jedes Jahr in einem Thermalbad einer mehrwöchigen intensiven physikalisch-balneologischen Behandlung unterziehen. Doch es genügt nicht, einmal jährlich eine intensive Bewegungstherapie in einem Rheumakurort zu absolvieren. Um die schweren Folgen der Krankheit zu vermindern, muss er auch daheim jeden Tag, jahrein, jahraus, während des ganzen Lebens seine Gymnastik- und Atemübungen absolvieren. Das setzt ein sehr grosses Mass an Selbstüberwindung und Energie voraus, sind doch immer wieder Schmerzen, Müdigkeit und oft auch Hoffnungslosigkeit zu überwinden. Die eigene Aktivität des Betroffenen ist aber von grösster Wichtigkeit.

#### **Der Arzt beseitigt die Schmerzen, der Patient verhindert die Verkrümmung!**

Dieses tägliche Üben verlangt vom Patienten einen grossen Einsatz und einen nie erlahmenden Willen zur Mitarbeit. Nicht alle Betroffenen sind diesen Anforderungen gewachsen. Vor eini-



*Die Behinderung des Bechterew-Patienten. Im Vergleich mit einer gesunden Person (rechts) ist die Behinderung des Bechterew-Patienten infolge der Versteifung der Wirbelsäule gut erkennbar.*

*Illustration und Fotos:  
Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew*

ger Zeit tauchte deshalb der Wunsch auf, auch während des Jahres daheim am Wohnort in einer Gruppe unter Anleitung einer Physiotherapeutin turnen zu können. Dieses Bedürfnis veran-

# Morbus Bechterew

## 12 Fragen und 12 Antworten

### 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 ankylosans, ankylosierende Spondylitis), eine Krankheit des rheumatischen Formenkreises.

### 3. Wie häufig ist die Krankheit?

Wahrscheinlich sind 1–2% der Bevölkerung betroffen; das sind für die Schweiz rund 60 000 bis 120 000 Personen.

### 4. Welches sind die Folgen des Morbus Bechterew?

Entzündung der Gelenke des Beckens und der Wirbelsäule, später Verknöcherung der Gelenke und dadurch Verwachsung der Wirbel; kann zu einer Versteifung der Wirbelsäule führen.

### 5. Welches sind die Auswirkungen auf den Patienten?

Zeitweise starke Schmerzen, zunehmende Behinderung, psychische Belastung, Schwierigkeiten im Berufsleben, in schweren Fällen Gefahr von Invalidität.

### 6. Welches sind die Ursachen dieser Krankheit?

Noch unbekannt.

### 7. Wie lange dauert die Krankheit?

Beginn meist mit 18 bis 25 Jahren, Dauer mitunter lebenslänglich, Stillstand aber in jedem Stadium möglich.

### 8. Was kann man dagegen tun?

- Entzündungshemmende und schmerzstillende Medikamente
- passive physikalische Therapie und spezielle aktive physiotherapeutische Behandlung (Bechterew-Gymnastik) zur Erhaltung der Beweglichkeit der Wirbelsäule und zur Stärkung der Muskulatur
- Thermalbäder und Massagen zur Entspannung der verkrampten Muskulatur
- tägliche Spezialgymnastik

### 9. Was ist die Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew?

Zusammenschluss der Bechterew-Patienten der Schweiz und ihrer Freunde zu einer Selbsthilfe-Organisation.

### 10. Was will die Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew?

- Aufbau von regionalen Therapiegruppen für Bechterew-Gymnastik
- Information über medizinische, therapeutische und soziale Fragen
- Pflege des Kontaktes zwischen den Patienten zum Gedanken- und Erfahrungsaustausch
- Vermittlung von Kontakten zu medizinischen und sozialen Beratungsstellen

### 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, Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew, Röntgenstrasse 22, 8005 Zürich, Telefon: 01/44 78 66

lasste einige Bechterew-Patienten, im Jahre 1978 die Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew als eine Patienten-Selbsthilfe-Organisation zu gründen.

### 10 Jahre Patienten-Selbsthilfe-Organisation

Das erste und wichtigste Ziel der Vereinigung ist die Organisation von Gymnastik-Gruppen.

Bechterew-Gymnastik lässt sich in Gruppen wesentlich besser, abwechslungsreicher und wirkungsvoller durchführen. Der gegenseitige Ansporn, die Aufmunterung und die Korrekturen durch die Physiotherapeutin, der Ehrgeiz, aber auch die gelöste und meist fröhliche Atmosphäre wirken Wunder. Zurzeit gibt es bereits 70 Gymnastik-Gruppen, verteilt über die ganze Schweiz.

Der Unterricht findet in einer Turnhalle oder der Physiotherapie-Abteilung einer Klinik statt, und zwar einmal wöchentlich während 45 bis 60 Minuten.

Die Organisation geschieht in enger Zusammenarbeit mit den Rheumatologen, den Rheumakliniken und den Rheumaligen. Für die Physiotherapeuten werden in der Rheuma- und Rehabilitationsklinik Leukerbad Weiterbildungskurse über Bechterew-Gymnastik angeboten.

Die zweite Hauptaufgabe der Schweizerischen Vereinigung Morbus Bechterew ist die Information über alle Belange der Krankheit. Wer an einer Krankheit leidet, die ihn von seinen Jugendjahren an nicht mehr loslassen wird, möchte über diese Krankheit Bescheid wissen. Er hat Fragen über den voraussichtlichen Verlauf, die zu erwartenden Behinderungen, die notwendige Therapie, aber auch über Probleme mit dem Arbeitgeber, den Versicherungen, ja mit seiner ganzen sozialen Umwelt. Die Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew will deshalb die Information durch den Arzt ergänzen durch die Herausgabe eines vierteljährlich erscheinenden Mitteilungsblattes mit Aufsätzen von Fachleu-

ten und Informationen aller Art sowie durch die Publikation einer Schriftenreihe mit Beiträgen zu wesentlichen Themen.

### Zukunftsmusik

Erst in den letzten zwei Jahrzehnten hat sich die Forschung intensiv mit dem Morbus Bechterew beschäftigt und dabei zahlreiche neue Erkenntnisse erarbeitet. Noch sind wir aber weit davon entfernt, das Rätsel Morbus Bechterew zu durchschauen. Ob es wohl gar einmal eine Impfung geben wird, welche die vielen Millionen von Bechterew-Patienten in aller Welt vor jahrzehntelanger Krankheit mit Schmerzen und Behinderungen schützt? Bis dahin aber will die Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew im Rahmen ihrer Möglichkeiten und Kräfte mit-helfen, dass die Bechterew-Patienten an ihrem Schicksal weniger schwer zu tragen haben.

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

## Eine Krankheit ohne Namen

Ich kann mich noch genau an jenen Tag erinnern — ich war 22 Jahre alt —, als ich nach abgeschlossener Ausbildung den Brief meines Arztes erhielt, in dem er mir mitteilte, nun stehe aufgrund meiner Röntgenbilder die schon vorher vermutete Diagnose fest. Ich war erleichtert, dass nun die Jahre der Unsicherheit, des vergeblichen Hoffens, der unerklärlichen Schmerzen vorbei waren. Aber ich spürte, dass damit ein Urteil ausgesprochen war, das mich fortan mein ganzes Leben lang begleiten würde.

Begonnen hatte es elf Jahre früher, mitten im Zweiten Weltkrieg. Nicht im Rücken, sondern in den Hand- und Kniegelenken. Nun begann eine Odyssee von Arzt zu Arzt, von Wahrsager zu Handaufleger, von der Fastenkur zur Badekur, vom Bienengift bis zum Wurmöl, von der Behandlung bis zur Misshandlung.

Und können Sie sich die Sorgen meiner Eltern vorstellen? Ihr Sohn, noch ein Jüngling, leidet Schmerzen, immer stärker, und niemand kann ihm helfen. Etwa fünf Jahre später schickte

mich der Schularzt zu einem der ersten Rheumatologen in unserer Stadt. Dank immer eindeutigeren Symptomen kristallisierte sich langsam das Bild meiner Krankheit heraus, die dann erst sechs Jahre später ihren Namen erhielt.

Ich erinnere mich, dass ich viele Jahre lang in meiner Brieftasche einen kleinen Zettel mit mir herumtrug. Darauf stand: Spondylarthritis ankylopoëtica, Morbus Bechterew. Ich konnte mir die Namen nie merken, musste immer wieder den Zettel hervornehmen. Ich brauchte ihn allerdings auch nicht zu kennen. Es gab niemanden, der ihn verstanden hätte. Er war in keinem Buch, in keiner Informationsschrift zu lesen. Es dauerte noch 10, 15 Jahre, bis ich einen zweiten Menschen mit der gleichen Krankheit kennenlernte, und erst im Alter von 40 Jahren — rund drei Jahrzehnte nach dem Ausbruch der Krankheit — fand ich Mitbetroffene, mit denen ich unsere gemeinsamen Probleme besprechen konnte, die mir schliesslich zu Freunden wurden.

*Heinz Baumberger*