350030 MAT-DE-2503335 1.0 09/2025
350031 MAT-AT-2501005 1.0 09/2025

Sanofi-Aventis Deutschland GmbH,
D-65926 Frankfurt am Main
Telefon: **(0800) 04 36 996**
medinfo.de@sanofi.com

Sanofi-Aventis Österreich GmbH,
A-1100 Wien
Telefon: **+43 1 80 185-0**
service.at@sanofi.com

sanofi

Leben mit RA

Ein Wegweiser zum Verständnis der rheumatoiden Arthritis (RA)

sanofi

Was ist rheumatoide Arthritis (RA) und wie wird sie behandelt?

Wenn Sie Fragen haben oder weitere Informationen benötigen, wenden Sie sich an Ihren Arzt, Apotheker oder das medizinische Fachpersonal.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten aber selbstverständlich für alle Geschlechter.

Weltweit arbeiten Wissenschaftler an der Erforschung von Erkrankungen, suchen nach Ursachen und Therapiemöglichkeiten. Welche Rolle spielen die menschliche Biologie, das Immunsystem und die Vererbung bei der Entstehung bestimmter Krankheiten wie der rheumatoiden Arthritis (RA)? Die medizinische Forschung hat dazu geführt, dass wir heute bedeutend mehr über RA wissen als noch vor 10 Jahren.

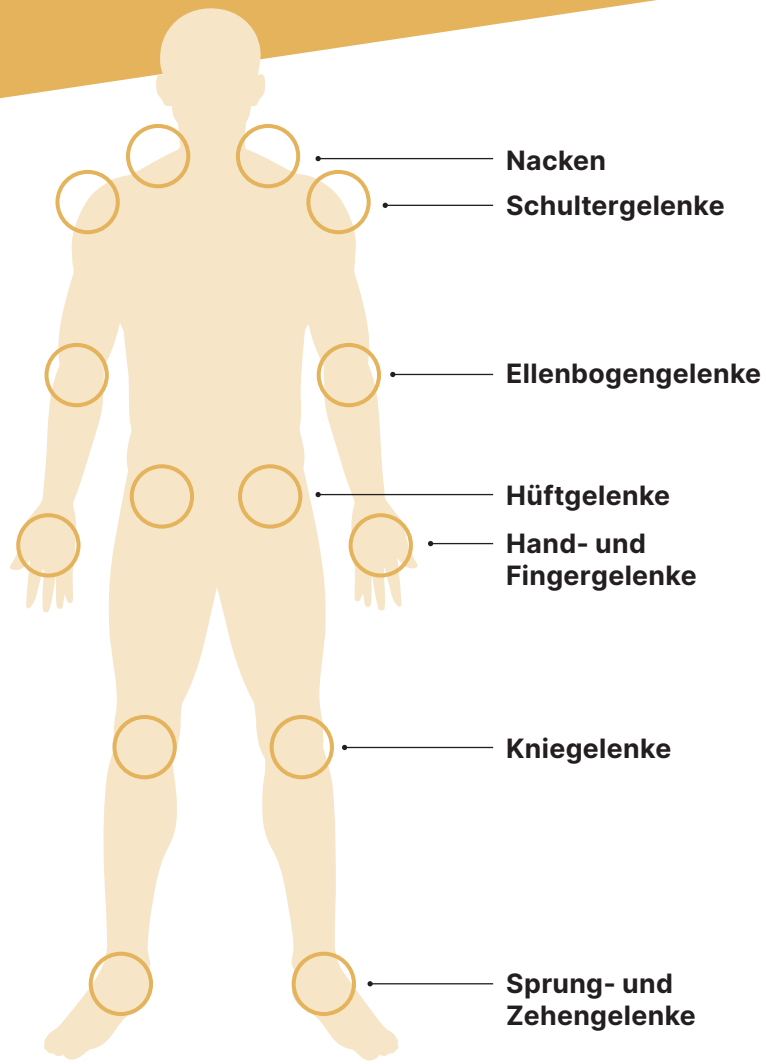
Dieser Ratgeber soll Ihnen Antworten auf Ihre Fragen geben:

Was ist RA? ..... S. 4

Wie wird RA behandelt? ..... S. 12

Was ist RA?

Rheumatoide Arthritis ist eine chronisch entzündliche Autoimmunerkrankung, die vor allem die Gelenke betrifft.



RA ist eine Autoimmunerkrankung.

Das menschliche Immunsystem hat die Aufgabe, fremde Substanzen und Krankheitserreger, die versuchen, in den Körper einzudringen, abzuwehren und unschädlich zu machen. Bei einer Autoimmunerkrankung wie der RA richtet sich das Immunsystem jedoch auch gegen das körpereigene, gesunde Gewebe, in diesem Fall vor allem die Gelenke.

Was ist der Unterschied zwischen rheumatoider Arthritis und Arthrose (Osteoarthritis)?

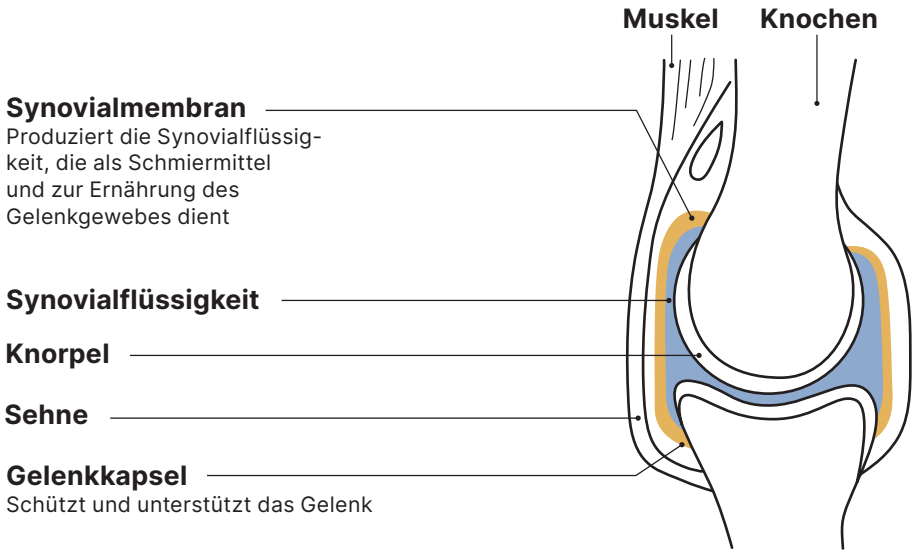
Diese beiden Erkrankungen unterscheiden sich in erster Linie durch ihre Ursachen. Arthrose ist eine degenerative Erkrankung der Gelenke – keine Autoimmunerkrankung. Bei Arthrose liegt ein mechanischer Verschleiß der Gelenke zugrunde. Arthrose ist die häufigste Gelenkerkrankung.

Der Körper greift eigenes, gesundes Gewebe an und löst dadurch eine Entzündung aus

Die Entzündung treibt die Gelenkschädigung voran.

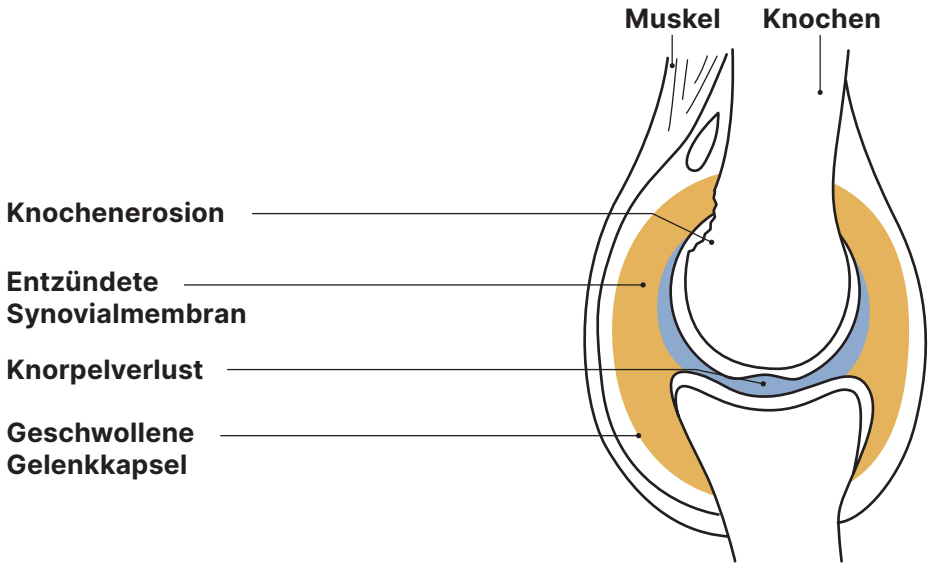
Gesundes Gelenk

Die Gelenkkapsel ist mit einer Innenhaut versehen, der sogenannten Synovialmembran. Diese Schleimhaut produziert Synovialflüssigkeit, die das Gelenkgewebe ernährt und beweglich hält.



Gelenk mit RA

Die Synovialmembran ist entzündet und schwillt an. Die Folge sind Knochenerosion und Knorpelverlust. Dadurch kann das Gelenk geschädigt werden.



RA ist eine chronisch verlaufende Entzündung der Gelenke

Im Laufe der Zeit führen Entzündungen zu Schäden an Gelenken und Knochen. Die Schmerzen werden stärker und die Beweglichkeit wird zunehmend eingeschränkt. Vorwiegend sind Hand- und Fingergelenke betroffen. Die Symptome können aber auch an Nacken, Schultern, Ellbogen, Hüfte, Knien, Fußknöcheln und Füßen auftreten.

Was sind die häufigsten Symptome bei RA?

- Druckschmerzhafte, übermäßig warme, geschwollene Gelenke
- Schmerzen und Steifheit der Gelenke am Morgen und/oder nach einer längeren Ruhepause

Die RA ist eine chronische systemische Erkrankung, die nicht nur die Gelenke sondern viele Bereiche des Körpers betreffen kann.

Welche Symptome können bei der RA noch auftreten?

- Müdigkeit oder Energieverlust
- Gelegentlich leichtes Fieber

Relativ häufig sind neben diesen:

- Kardiovaskuläre Erkrankungen
- Anämie
- Depressionen
- Rheumaknoten
- Osteoporose

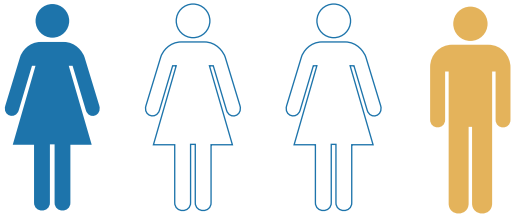
Weltweit sind Millionen von Menschen an RA erkrankt

RA beginnt meist im mittleren Lebensalter. Ältere Menschen erkranken häufiger. Am häufigsten tritt RA bei Menschen im Alter von 50 bis 70 Jahren auf, aber auch junge Erwachsene können betroffen sein. Frauen sind häufiger betroffen als Männer.

Noch ist die Erkrankung nicht heilbar. RA verläuft in Schüben, deren Häufigkeit und Dauer von Patient zu Patient unterschiedlich sein kann. Bei manchen Menschen dauern die Beschwerden an, bei anderen treten sie immer wieder vorübergehend auf.

Es gibt auch gute Nachrichten:
Medikamente und nicht-medikamentöse Behandlungen können zu einer Verbesserung der Lebensqualität von Menschen mit RA beitragen. Die medizinische Forschung ist unermüdlich auf der Suche nach neuen Möglichkeiten, um RA in Zukunft noch besser behandeln zu können.

Wussten Sie schon …



Frauen sind zwei- bis dreimal häufiger von RA betroffen als Männer.

2,9 MILLIONEN

Menschen in Europa leiden an RA.
In Deutschland gibt es ca. 560.000–830.000 Betroffene.

Wie wird RA behandelt?

Bei der Behandlung geht es um mehr als nur um die Linderung der Schmerzen.

Gelenkschädigungen können immer wieder auftreten.

In den letzten Jahrzehnten hat die medizinische Forschung große Fortschritte gemacht. Wichtig sind eine frühe Diagnose und ein frühzeitiger Therapiebeginn mit wirksamen Medikamenten, was das Fortschreiten der RA verlangsamen bzw. aufhalten kann.

Im Mittelpunkt stehen SIE.

Unabhängig davon, für welche Behandlung Sie und Ihr Arzt sich entscheiden – Ziel ist, dass Sie sich besser fühlen und ein Fortschreiten der RA aufgehalten wird.

Ziel der Behandlung ist es, ein Fortschreiten des Entzündungs-prozesses und der RA zu verhindern

Verschiedene Arten von Medikamenten stehen zur Verfügung.

Jedes dieser Medikamente bekämpft RA auf unterschiedliche Weise. Analgetika sind Schmerzmittel und lindern die durch Entzündungen verursachten Schmerzen, während nicht-steroidale, entzündungs-hemmende Medikamente die Entzündung selbst reduzieren.

Eine weitere Klasse von Medikamenten: DMARDs.

DMARD steht für „Disease-Modifying Antirheumatic Drugs" (krankheitsmodifizierende Antirheumatika). Diese Medikamente stellen einen wichtigen Teil der RA-Behandlung dar. Sie wirken auf das Immunsystem und können so das Fortschreiten der Erkrankung aufhalten.

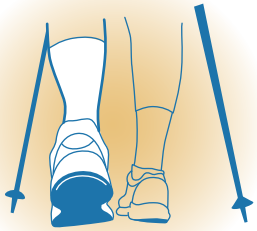
Konventionelle, synthetisch hergestellte DMARDs, sogenannte csDMARDs wie etwa Methotrexat, werden in allen Stadien der RA eingesetzt. Es gibt verschiedene Arten von csDMARDs. Ihre Wirkung besteht darin, die überschießende Aktivität des Immunsystems zu unterdrücken. Biologische und zielgerichtete DMARDs werden bei Patienten eingesetzt, die auf csDMARDs nur unzureichend ansprechen. Hierbei handelt es sich um Medikamente, die sich gezielt gegen Strukturen oder Signalwege richten, die am Entzündungsprozess beteiligt sind. Unter anderem blockieren sie Zytokine, die eine wesentliche Rolle bei der Entstehung einer Entzündung spielen.

Was Sie sonst noch für sich tun können

Um einen individuellen Behandlungsplan für Sie erstellen zu können, benötigt Ihr Arzt Ihre Hilfe. Reden Sie mit ihm offen über Ihre Beschwerden, Ihre Wünsche und Befürchtungen.

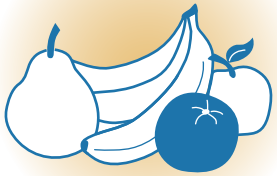
Neben Medikamenten gibt es noch weitere Möglichkeiten, die zu einer Linderung der Symptome bei RA beitragen. Studien haben gezeigt, dass nichtmedikamentöse Maßnahmen ebenfalls zu einer Besserung Ihrer Beschwerden führen können.

Vorschläge für Ihr Gespräch mit Ihrem Arzt:



Körperliche Aktivitäten, die Ihnen guttun

Zeitweise Verwendung von Schienen



Gesunde Ernährung

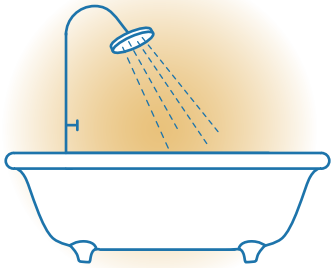
Stressreduktion

Einige Tipps zum Umgang mit RA-Symptomen

Morgendliche Gelenksteife ist ein häufiges Symptom bei RA.

Es ist wichtig, dass Sie den medikamentösen Behandlungsplan Ihres Arztes einhalten. Zusätzlich können Sie selbst etwas gegen steife Gelenke am Morgen und/oder nach Ruhephasen tun.

Wie Sie die morgendliche Gelenksteife lindern können:



Warme Dusche
oder ein warmes Bad

Nährstoffreiches
Frühstück

Wäremanwendung
auf den Gelenken

Dehnungsübungen
vor dem Aufstehen

Persönliche Notizen

Persönliche Notizen