

Polymyalgia rheumatica – eine wenig bekannte, aber häufige Erkrankung

„Rheuma“ ist ein Sammelbegriff für alle Erkrankungen, welche Rücken, Gelenke, Knochen und Muskeln, Sehnen und Bänder betreffen. Jede 5. Person in der Schweiz ist von einer rheumatischen Erkrankung betroffen. Zu Rheuma gehören nebst Arthrose, Ischias und entzündlichen Formen wie Rheumatoide Arthritis (früherer Name chronische Polyarthritits) über 100 weitere Krankheitsbilder.

Im Folgenden möchte ich auf eine spezielle rheumatische Erkrankung näher eingehen. Sie trägt den Begriff Rheuma in ihrem Namen und obwohl ihr Name den wenigsten Leuten geläufig ist, handelt es sich nicht um ein seltenes Krankheitsbild. Ihre Häufigkeit beträgt etwa 1 auf 200 Einwohner. Der Name leitet sich aus dem Griechischen ab: poly = viel, myalgia = Muskelschmerz. Wie der Name somit bereits sagt, sind Muskelschmerzen das Hauptsymptom der Erkrankung.

Welche Beschwerden macht die Krankheit?

Die Krankheit beginnt ohne bekannten Auslöser innert einiger Tage bis 2 Wochen. Plötzlich treten starke Muskelschmerzen auf, typischerweise in der Nacht und frühmorgens im Schultergürtel und in den Oberarmen, sowie in der Gesäss- und Beckenmuskulatur. Dieser Schmerz betrifft die Schultern oder Oberschenkel symmetrisch beidseits. Oft bestehen nicht nur Schmerzen, sondern auch eine morgendliche Steifigkeit, welche über 1 Stunde dauert. Zudem besteht eine Schwäche in diesen Muskeln, sodass die betroffenen Personen Mühe haben, sich anzukleiden oder die Arme zu heben. Tagsüber sind Tätigkeiten, bei welchen mit den Armen über Kopfhöhe gearbeitet werden muss (z.B. Wäsche aufhängen, Fenster reinigen) beinahe unmöglich. Oft fällt es den betroffenen Patienten bereits schwer, sich morgens vom Bett zu erheben und von der Toilette oder einem Stuhl aufzustehen. Die schmerzhafteste Steifigkeit kann beinahe bis zur Bewegungsunfähigkeit führen. Nicht selten treten auch weitere Beschwerden wie Nackenschmerzen hinzu, gelegentlich auch eine leichte Schwellung der Hand- und einzelner Fingergelenke. Zudem kann auch ein allgemeines Krankheitsgefühl – wie bei einer leichten Grippe – auftreten, mit Abgeschlagenheit, Appetitlosigkeit, Gewichtsverlust und leichtem Fieber oder es kann eine depressive Verstimmung dazukommen.

Die Polymyalgia rheumatica ist eine Erkrankung des älteren Menschen. Sie befällt meist Personen, welche älter als 50 Jahre sind. Das Durchschnittsalter liegt bei 60 bis 70 Jahren. Frauen sind doppelt so häufig wie Männer betroffen.

Die Ursache der Erkrankung ist bis heute unbekannt. Aufgrund der Beschwerden, der Laborbefunde und des Ansprechens der Erkrankung auf eine Behandlung mit Kortison

handelt es sich sicher um eine entzündliche Erkrankung. Möglicherweise spielt eine Störung des Immunsystems eine Rolle. Es wurden auch schon Entzündungsvorgänge in den Hüft- und Schultergelenken oder den benachbarten Schleimbeuteln vermutet.

Wie wird die Diagnose gestellt?

Es gibt keinen sicheren Untersuchungsbefund und keinen spezifischen Test im Blut. Auch gibt es keine typischen Röntgenbilder mit denen man die Krankheit diagnostizieren oder nachweisen kann. Die Diagnose beruht daher vor allem auf der Schilderung der Beschwerden durch die betroffene Person. Bei der körperlichen Untersuchung kann der Arzt zwar keinen speziellen Befund erheben, die körperliche Untersuchung ist aber wichtig, um andere rheumatische Erkrankungen auszuschliessen. Ein wichtiges Element in der Diagnose ist die Blutuntersuchung. Klassischerweise findet man dabei deutlich erhöhte Entzündungswerte.

Wie wird die Krankheit behandelt?

Typischerweise können die Beschwerden der Krankheit durch die gängigen entzündungshemmenden Medikamente, die Antirheumatika (wie z.B. Voltaren, Ponstan, Brufen etc.), nicht wesentlich gelindert werden. Hingegen verschwinden alle Beschwerden praktisch schlagartig unter einer niedrig dosierten Behandlung mit Kortison. Das sofortige Ansprechen der Symptome innert weniger Tage auf diese Behandlung ist wiederum ein wichtiges Zeichen, dass die Beschwerden des Patienten tatsächlich auf der genannten Erkrankung, der Polymyalgia rheumatica, beruhen. Die Behandlung muss meist 1 Jahr, zum Teil auch länger, durchgeführt werden. Wird die Behandlung zu früh gestoppt, treten die Beschwerden erneut in unveränderter Stärke auf. Nach 1 bis allenfalls 2 Jahren kann die Behandlung dann meist gestoppt werden, ohne dass es zu einem erneuten Aufflackern der Erkrankung kommt.

Zusammengefasst ist die Polymyalgia rheumatica also eine recht häufige rheumatische Erkrankung des älteren Menschen. Wenn sie erkannt wird, lässt sie sich leicht behandeln und hat eine gute Prognose, indem praktisch alle Betroffenen nach einer Behandlung von 1 bis 2 Jahren wieder völlig beschwerdefrei werden. Sollten Sie unter den genannten Beschwerden leiden, zögern Sie nicht Ihren behandelnden Arzt aufzusuchen.

Autor: Dr. med. Reto A. Frey

Publiziert in "Zürich West" 2010