

## Erkrankungen des Rheumatischen Formenkreises Teil IV

Die Fibromyalgie wird ebenfalls zu den rheumatischen Erkrankungen gezählt, obwohl ihr keine Entzündung zugrunde liegt. Für die Schmerzen sind keine körperlichen Ursachen erkennbar, daher wird die Erkrankung als funktionelle somatische Erkrankung eingestuft. Der Begriff Fibromyalgie bedeutet „Faser-Muskel-Schmerz“. Bis die Patienten diese Diagnose erhalten, vergehen oft Jahre und manche Betroffenen haben eine wahre Odyssee hinter sich und werden nicht selten als Hypochonder abgestempelt. Erste Symptome zeigen sich etwa ab einem Alter von 40 Jahren, dabei sind Frauen wesentlich häufiger betroffen als Männer.

Die Krankheit beginnt schleichend mit Schmerzen in gelenknahen Bereichen: Muskelpartien im Rücken, im Bereich der Lendenwirbelsäule oder im Nacken aber auch Arme, Beine oder das Gesicht können schmerzen. Die von Schmerzen betroffenen Körperstellen und die Schmerzstärke ändern sich dauernd. Zudem haben die Patienten eine erniedrigte Schmerzschwelle und reagieren empfindlich auf Druck. Das kann zur Diagnose ausgenutzt werden, wenn der Arzt über bestimmte Druckpunkte Schmerzen auslösen kann. Zusätzlich belasten Schlafstörungen, psychische Erschöpfung, depressive Verstimmung oder auch Kreislauf- und Verdauungsprobleme die Patienten. Sie sind in ihrer Lebensqualität also ganz erheblich eingeschränkt.

Die Ursache der Erkrankung ist bis heute nicht geklärt. Genetische Faktoren spielen eine Rolle, evtl. auch psychische Belastungen und andere rheumatische Erkrankungen oder auch Infektionskrankheiten wie die von Zecken übertragene Borreliose. Als Risikofaktoren gelten Rauchen, Übergewicht, Bewegungs-



Foto: Blende 8

Apotheker Dr. Lutz Engelmann

mangel und zu niedrige Vitamin D Spiegel. Was genau die Schmerzen verursacht, ist unbekannt, man geht aber davon aus, dass eine veränderte Verarbeitung von Schmerzreizen im Gehirn dahintersteckt, evtl. auch ein Ungleichgewicht von Neurotransmittern.

Fibromyalgie ist nicht lebensbedrohlich und zerstört auch nicht die Muskeln und Gelenke, leider aber ist die Krankheit auch nicht heilbar. Da die Schmerzen vor allem in Ruhephasen auftreten und sich bei Bewegung bessern, ist leichter Ausdauersport sowie (Wasser)gymnastik, leichtes Krafttraining oder Yoga sehr hilfreich. Es gibt bisher kein für Fibromyalgie zugelassenes Arzneimittel. Neben Schmerzmitteln kommen Medikamente zum Einsatz, die die Schmerzwahrnehmung verändern. Durch Physiotherapie und Verhaltenstraining und in Selbsthilfegruppen können Betroffene lernen, mit der Krankheit zu leben.

**Ihr Apotheker  
Dr. Lutz Engelmann**