



## MEDIENMITTEILUNG

### **3. September 2010: Gesundheitstag „Arthrose“ in St. Gallen**

#### ***Wenn Gelenke heimlich altern - Aufklärungskampagne der Rheumaliga Schweiz***

Zürich, 24. August 2010 – Die Arthrose ist die häufigste Ursache für Schmerzen und Behinderung im Alter. Der Verschleiss der Gelenke beginnt heimlich bereits in der mittleren Lebenshälfte und bleibt oft lange unbemerkt. Plötzlich sind die Schmerzen da und die Beschädigung ist irreversibel. Was man rechtzeitig gegen Arthrose tun kann und wie sie nach neusten Erkenntnissen behandelt wird, können Interessierte am öffentlichen Gesundheitstag „Arthrose“ der Rheumaliga erfahren.

Am Freitag, den 3. September 2010, informieren St. Galler Rheumaspezialisten und die Rheumaliga Schweiz über medizinische und therapeutische Aspekte der Arthrose. Die Tagung bietet aktuelle Informationen in Fachreferaten und persönliche Beratungsgespräche mit dem Ärzteteam und Fachleuten. Physiotherapeutinnen unterstützen die Besucher zudem mit praktischen Tipps und Kurzinterventionen. Die Tagung und die Beratungsgespräche sind kostenlos und dauern von 13.30 bis 17.30 Uhr. Die Veranstaltung im Pfalz Keller läuft im Rahmen der Aktionswoche Rheuma 2010, einer Reihe von zehn Tagungen in der ganzen Schweiz vom 1. – 8. September.

#### **Arthrose – eine schleichende Zerstörung**

Die Gelenke des Menschen sollten leicht und geschmeidig gleiten wie zwei Eiswürfel aneinander. Dafür sorgen die schützende Knorpelschicht und die Gelenkflüssigkeit. Wird der Knorpel beschädigt, kommt „Sand ins Getriebe“. Beschwerden sind fast schon vorprogrammiert, wenn nicht rechtzeitig gehandelt wird. Denn der Knorpelschaden ist irreversibel. Und Entzündungen, Schmerzen, Veränderungen am Knochen, Bewegungseinschränkungen und Behinderung sind die Folgen. Gelenkarthrose gehört zu den degenerativen rheumatischen Erkrankungen und betrifft fast jedermann, der die 40 überschritten hat – lange Zeit oft unbemerkt. In der Schweiz leben etwa 200'000 Seniorinnen und Senioren mit Gelenkbeschwerden und teilweise starken Schmerzen. Aber auch Jüngere und Sportler plagen Arthrose-Schmerzen: durch einen Unfall, eine Operation oder als Folge von Extremlastungen. Arthrose kann an allen Gelenken auftreten, sie ist jedoch häufiger am Knie, an der Hüfte und an den Fingern. Und was hilft bei Arthrose? Die Zauberformel heisst Bewegung – in der Prävention wie auch in der Behandlung.



### **Hochkarätige Fachreferate**

Am Gesundheitstag im Pfalz Keller stehen drei Fachreferate auf dem Programm: Krankheitsbild und Behandlung von *Dr. med. Peter Wiedersheim, Rheumatologie im Silberturm, St. Gallen*, - Aspekte der Bewegung von *Barbara Zindel, Physiotherapeutin HF, Rheumaliga Schweiz* - Gelenkersatz und andere operative Eingriffe von *Dr. med. Andreas Oswald und Dr. med. Georges Wohlgensinger, Orthopädie am Rosenberg, St. Gallen*. Diese Spezialisten aus der Rheumatologie, Physiotherapie und orthopädischen Chirurgie erläutern, wie man Arthrose vorbeugen kann, was die Abnutzung begünstigt und wie Arthroseschmerzen behandelt werden. Das Physiotherapie-Referat vermittelt spielerisch, warum Bewegung trotz Schmerzen wichtig ist, und der dritte Teil gibt Einblick in operative Möglichkeiten, wenn andere Massnahmen ausgeschöpft sind. Für eine hohe Qualität der Tagung garantieren die Fachpartner der Rheumaliga Schweiz: die Schweizerische Gesellschaft für Rheumatologie SGR und physioswiss, der Schweizer Physiotherapie Verband.

### **Individuelle Beratung durch Spezialisten**

Im Rahmenprogramm erhält das Publikum die Möglichkeit, seine persönlichen Fragen ins Zentrum zu rücken. Das Ärzteteam, ein Physio-Team und weitere Spezialisten beraten in persönlichen Gesprächen. An den Gesundheitsständen stehen Fachleute für Ernährung, die Rheumaliga Schweiz sowie die Rheumaliga St. Gallen, Graubünden und Fürstentum Liechtenstein für Fragen, Tests und Kurs-Schnupperlektionen zur Verfügung. Die Alltagshilfe-Produkte der Rheumaliga können vor Ort besichtigt und ausprobiert werden: vom Flaschenöffner über das Keilkissen bis zum Strumpfanzieher.

### **Prominentes Patronat**

Die Folgen der Arthrose stellen für das Gesundheitssystem und die Volkswirtschaft einen grossen Faktor dar. Wie wichtig die Aufklärung der Bevölkerung ist, unterstreicht das prominente Patronatskomitee und die persönliche Eröffnung des Gesundheitstages in St. Gallen durch Heidi Hanselmann, Regierungsrätin und Gesundheitsdirektorin Kanton St. Gallen.

Die Aufklärungskampagne wird unterstützt von *Pascale Bruderer Wyss, Nationalratspräsidentin*, und weiteren Persönlichkeiten aus der Gesundheitspolitik: *Dr. Carlo Conti*, Regierungsrat und Gesundheitsdirektor des Kantons Basel; *Anne-Claude Demierre*, Conseillère d'Etat et Directrice de la santé et des affaires sociales du Canton de Fribourg; *Verena Diener*, Ständerätin Kanton Zürich; *Guido Graf*, Vorsteher Gesundheits- und Sozialdepartement des Kantons Luzern; und *Gerhard Fischer*, Grossratspräsident Kanton Bern.



**Rheumaliga Schweiz**  
**Ligue suisse contre le rhumatisme**  
**Legg svizzera contro il reumatismo**

Die Aktionswoche Rheuma ist ein Projekt der Rheumaliga Schweiz in Zusammenarbeit mit den kantonalen Rheumaligen und Patientenorganisationen, der Schweizerischen Gesellschaft für Rheumatologie (SGR), und physioswiss, dem Schweiz Physiotherapie Verband.

### **Downloads und Broschüre Arthrose**

Alle Tagesprogramme der Aktionswoche Rheuma 2010 stehen auf [www.rheumaliga.ch](http://www.rheumaliga.ch) zur Verfügung.

Die Patientenbroschüre „Arthrose“ (36 Seiten, kostenlos) ist in Deutsch, Französisch und Italienisch bestellbar: im [Shop der Rheumaliga](#) oder über Tel. 044 / 487 40 10.

Download Broschüre „Arthrose“ für Medienschaffende (1MB):

[www.rheumaliga.ch/download/ch\\_filebase/AttachmentDocument/Arthrose-D301-full.pdf](http://www.rheumaliga.ch/download/ch_filebase/AttachmentDocument/Arthrose-D301-full.pdf)

Ihre Ansprechperson:

Dr. Andrea Gerfin

Kommunikation & Verlag

Rheumaliga Schweiz

Telefon: 078 665 09 09

E-Mail: [a.gerfin@rheumaliga.ch](mailto:a.gerfin@rheumaliga.ch), Internet: [www.rheumaliga.ch](http://www.rheumaliga.ch)

### **Über die Rheumaliga Schweiz**

*Die Rheumaliga Schweiz ist eine Dachorganisation mit Sitz in Zürich und vereinigt 20 kantonale/regionale Rheumaligen und fünf nationale Patientenorganisationen. Sie besteht seit 1958 und trägt das ZEWO-Gütesiegel für gemeinnützige Organisationen. Die Rheumaliga setzt sich ein für Menschen mit einer rheumatischen Krankheit am Bewegungsapparat und fördert die Gesundheit: mit Informationsbroschüren, Kursen, Beratung, Hilfsmitteln und Präventionsarbeit. Diese Dienstleistungen erbringt sie schweizweit und richtet sich damit an Interessierte, Betroffene, Health Professionals und Ärzte.*

