



## MEDIENMITTEILUNG

### **Neue Broschüre informiert über Morbus Sjögren, eine seltene Form von Rheuma**

Die Rheumaliga Schweiz erklärt Symptome, Diagnose und Alltag mit der Erkrankung

Zürich, 20. Januar 2026

**Die Rheumaliga Schweiz veröffentlicht eine neue Broschüre zur Krankheit Morbus Sjögren. Sie informiert über diese seltene rheumatische Erkrankung, die schwer zu diagnostizieren ist und eine anspruchsvolle Behandlung verlangt. Ziel der Broschüre ist es, Wissen zu vermitteln, Verständnis für den Alltag der Betroffenen zu fördern und zu einer konsequenten Selbstfürsorge zu ermutigen.**

In der Schweiz sind 15'000 bis 20'000 Menschen von Morbus Sjögren betroffen. Frauen erkranken daran zehnmal so häufig wie Männer. Die rheumatische Krankheit äussert sich häufig durch unspezifische Symptome wie trockene Augen, Gelenk- und Gliederschmerzen sowie Fatigue (chronische Müdigkeit und Erschöpfung). Die chronischen Entzündungen schädigen die Tränen- und die Speicheldrüsen und führen zu einer Austrocknung der Schleimhäute. Die Schleimhauttrockenheit betrifft vor allem Augen und Mund, aber häufig auch die Nase, die Bronchien oder die weiblichen Geschlechtsorgane. Die Broschüre beschreibt neben den körperlichen Beschwerden auch die psychischen Folgen sowie die sozialen Auswirkungen der Erkrankung.

#### **Alltag mit einer wenig sichtbaren Krankheit**

Die Broschüre nimmt bewusst die Sicht der Betroffenen ein. Sie will Verständnis dafür wecken, wie stark eine von aussen wenig sichtbare Krankheit den Alltag prägen und das Leben verändern kann. Gleichzeitig möchte sie Mut machen und aufzeigen, dass auch mit Morbus Sjögren ein erfülltes Leben möglich ist. Es gibt Mittel und Wege, die Beschwerden in den Griff zu bekommen, mit den Einschränkungen besser umgehen zu können und Lebensqualität zurückzugewinnen.

Veranschaulicht wird der Alltag mit Morbus Sjögren anhand von Fotografien der Betroffenen Myrta Schneider. Sie lebt seit vielen Jahren mit Morbus Sjögren. Ihren Alltag prägen eine massive Augentrockenheit und Phasen von Fatigue.

#### **Neue Bezeichnung für die Erkrankung**

Die Broschüre verwendet erstmals den Namen Morbus Sjögren. Dieser soll den bisherigen Begriff «Sjögren-Syndrom» ersetzen. Gemäss der US-amerikanischen «Sjögren's Foundation»





wird der Ausdruck «Syndrom» als unzureichend beurteilt, da er den Leidensdruck der Betroffenen zu wenig widerspiegelt.

### **Sorgfältige Diagnostik ist entscheidend**

Die Broschüre betont, dass die Diagnose Morbus Sjögren nie allein auf einem Laborwert beruhen darf. Entscheidend ist das Zusammenspiel von Anamnese, körperlichen Untersuchungen sowie Blut- und Gewebeuntersuchungen. Die Rheumaliga Schweiz empfiehlt, eine Verdachtsdiagnose von einer Rheumatologin oder Rheumatologen mit reicher Erfahrung auf dem Gebiet prüfen zu lassen.

### **Behandlung, Selbstfürsorge und Austausch**



Gegen die Austrocknung der Schleimhäute gibt es keine Medikamente. Betroffene benötigen oft Augentropfen und -gels, befeuchtende Intimpflegeprodukte sowie Lutschpastillen oder Kaugummis zur Anregung des Speichelflusses. Eine gründliche Mund und Zahnhygiene sowie eine augenärztliche und zahnärztliche Betreuung sind zentral. Führt die Krankheit zu schweren entzündlichen Gelenkbeschwerden, wird zusätzlich zu einer medikamentösen Therapie geraten, um die Entzündungen und die Schmerzen zu behandeln.

Die Broschüre zeigt zudem auf, wie Betroffene aktiv zum Behandlungserfolg beitragen können. Eine Checkliste für den Alltag unterstützt dabei. Ergänzend legt die Broschüre die Vernetzung in Selbsthilfegruppen Betroffenen ans Herz.

Selbsthilfegruppen bündeln viel praktisches Wissen und geben emotionalen Halt, wenn Betroffene um Anerkennung ihrer Krankheit kämpfen müssen.

Die 40-seitige Broschüre ist im [Webshop](#) der Rheumaliga Schweiz in den Sprachen Deutsch, Französisch und Italienisch kostenlos zu bestellen.

Weitere Angebote der Rheumaliga Schweiz für Menschen mit Morbus Sjögren sind:

- [Podcast-Episode zu Morbus Sjögren](#)
- [Krankheitsbild auf der Website \[www.rheumaliga.ch\]\(http://www.rheumaliga.ch\)](#)
- [Telefonische Beratungen durch Fachpersonen](#)
- [Ernährungsberatung & Psychologische Beratung](#)
- [Selbsthilfegruppen](#)

### **Weitere Auskünfte**

Tina Spichtig, Co-Leiterin Kommunikation und Marketing, Tel. 044 487 40 66,  
[t.spichtig@rheumaliga.ch](mailto:t.spichtig@rheumaliga.ch)





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

Die **Rheumaliga** Schweiz setzt dort an, wo Versorgungslücken bestehen – sowohl bei Betroffenen als auch bei Fachpersonen im Gesundheitswesen. Dank ihr werden diese Lücken geschlossen. Sie ist die Dachorganisation von 17 kantonalen Rheumaligen und sechs nationalen Patientenorganisationen.

Sie ist erste Anlaufstelle für Betroffene, bietet niederschwellige Beratungen an und gilt als vielseitige Fortbildungsstätte für Rheuma-Fachpersonen (Hausärzt\*innen, Apotheker\*innen, Pflegefachpersonen, Physiotherapeut\*innen, Ergotherapeut\*innen, Medizinische Praxisassistent\*innen). Sie ist ausserdem Trägerin von innovativen Versorgungsprojekten, beispielsweise in der Prävention und Grundversorgung. Die Rheumaliga Schweiz wurde 1958 gegründet, finanziert sich vorwiegend durch Spenden und trägt das ZEWO-Gütesiegel für gemeinnützige Organisationen.

**Rheuma** umfasst 200 unterschiedliche Erkrankungen des Bewegungsapparates, also der Muskeln, Sehnen, Gelenke, Knochen oder des Bindegewebes. Betroffene leiden häufig an starken Schmerzen und Bewegungseinschränkungen – auch Organe können betroffen sein. In der Schweiz leben rund 2 Millionen Menschen mit Rheuma. Bereits Kinder und Jugendliche können betroffen sein: 1 von 1000 Kindern leidet an einer rheumatischen Erkrankung.

