



Das Netzwerk zur Selbsthilfe  
Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew  
Landesverband Hessen e.V.



Das Netzwerk zur Selbsthilfe  
Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew  
Landesverband Hessen e.V.



Das Netzwerk zur Selbsthilfe  
Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew  
Landesverband Hessen e.V.

## Überzeugende Gründe ...

### Mitglied in unserer Selbsthilfegemeinschaft zu sein.

- Regelmäßige Morbus – Bechterew – spezifische Gruppengymnastik unter qualifizierter Anleitung.
- Gemeinsame Ausübung von Morbus – Bechterew – gemäßen Sportarten.

### Ärztliche Berater

Dr. med. Wiegand Müller-Brodmann  
Arzt für Innere Medizin  
Rheumatologie und Osteologie  
35037 Marburg

Chefarzt Dr.med. Gerd Balsler  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie  
Spezielle Unfallchirurgie und Chirurgie  
35781 Weilburg

## Unser Landesverband

### Vorsitzende

Franz-Josef Kaufhold  
E-Mail: [kaufhold@dvmb-hessen.de](mailto:kaufhold@dvmb-hessen.de)  
Telefon: 0160 97977302

Dirk F. Halle  
E-Mail: [halle@dvmb-hessen.de](mailto:halle@dvmb-hessen.de)  
Telefon: 0151 17688273

### Büro des Landesverbands

Carl-Ulrich-Straße 12  
63225 Langen  
Mail: [geschaeftsstelle@bechterew-hessen.de](mailto:geschaeftsstelle@bechterew-hessen.de)  
[www.dvmb-hessen.de](http://www.dvmb-hessen.de)

### Unsere Bankverbindung

Sparkasse Waldeck-Frankenberg  
IBAN: DE55 5235 0005 0000 1151 96

## Tiefliegende Rückenschmerzen ?



Es könnte  
Morbus Bechterew  
sein

## Kennen Sie das auch?

- Sie wollen eigentlich die Nacht durchschlafen, doch Sie wachen morgens vorzeitig auf, brennende Rückenschmerzen nageln Sie fest und schon der Versuch **aufzustehen**, scheint es, dass der Schmerz Ihnen buchstäblich den Atem raubt.
- Nach dem Aufstehen verspüren Sie einen dumpfen oder brennenden **Schmerz** in der **Wirbelsäule** – oft nur ein störendes Gefühl, ähnlich einem Muskelkater – der sich durch Bewegung bessert.
- Zu verschiedenen Tageszeiten, meist beim Sitzen oder Liegen, seltener beim Stehen, spüren Sie einen **Zug-schmerz**, der von Ihrer Beckenregion durch ein oder beide Beine bis in die Unterschenkel und Füße reicht.
- Sie sind in den letzten Tagen nicht gestolpert, nicht gefallen und sind auch nicht gesprungen – trotzdem **schmerzen Ihre Fersen**.
- Ohne erkennbare Ursache **schmerzt Ihr Auge**, besonders bei großen Helligkeitsunterschieden, ihr Sichtfeld ist getrübt und das Auge ist deutlich gerötet.

Alle Symptome können für sich genommen sehr unterschiedliche Ursachen haben. Treten aber **mehrere zusammen** auf, besteht die Möglichkeit, dass bei Ihnen bereits eine entzündliche-rheumatische Erkrankung aktiv ist. Die Erkrankung verläuft schubweise und wird dadurch auch heute oft erst nach vielen Jahren diagnostiziert. Besprechen Sie Ihre Symptome deshalb mit einem Rheumatologen, denn es könnte Morbus Bechterew sein.

## Was ist Morbus Bechterew?

Ihr Arzt würde Ihnen möglicherweise antworten, dass Sie an einer chronisch entzündlichen Erkrankung der Wirbelsäule leiden. Chronisch bedeutet, sie hört nicht auf, die Entzündungen führen im Extremfall zu Versteifungen der Wirbelsäule und Einkrümmungen. Das ist dann der Morbus Bechterew „Spondylitis ankylosans“ (versteifende Wirbelentzündung).

## Das bedeutet ...

Die Erkrankung beginnt oft mit Schmerzen in den sogenannten Kreuzdarmbein-Gelenken im Becken.

Im Verlauf der Erkrankung kann die Wirbelsäule versteifen. Auch die Rippenbögen können zusammenwachsen, was zu Atemnot führen kann. Schmerzen an anderen Gelenken, den Fersen sind ebenso möglich wie Entzündungen des Auges.

## Behandlung

Durch gezielte Bewegungs- und Entspannungsübungen kann der Krankheitsverlauf positiv beeinflusst werden. Vom Arzt können schmerz- und entzündungshemmende Medikamente verordnet werden. Zusammen helfen beide Komponenten die Beweglichkeit bis ins hohe Alter zu erhalten.

## Bewegung

Viele unserer Gruppen bieten Bewegungsangebote, z. B. Trocken- und / oder Wassergymnastik, an. Auch geeignete Sportarten, wie Nordic Walking, Volleyball etc. sind möglich.



Bild: privat

Oft genug wird so der Bedarf an Medikamenten verringert. Manche Gruppen unternehmen gemeinsame Wanderungen oder Fahrradtouren, sodass Bewegung und Begegnung zusammentreffen.

## Begegnung

Unsere örtlichen Gruppen bieten aber nicht nur Gymnastik, sondern auch Raum für Begegnungen in geselliger Atmosphäre. Selbstverständlich und wichtig ist uns, dass der Partner und die Familie an den Veranstaltungen teilnehmen.

## Beratung

Neben dem Austausch untereinander können wir Informationsveranstaltungen mit Ärzten, Therapeuten, Sachkundigen im Sozialrecht usw. anbieten. Somit tragen wir zur Verbesserung körperlicher und seelischer Gesundheit bei. Ziel ist der eigenverantwortliche Umgang mit unserer Krankheit. Mitglieder können auf juristische Unterstützung bei krankheitsbezogenen Rechtsfragen zurückgreifen.

## Unsere Gruppen in Hessen

- Alsfeld
- Bad Hersfeld
- Bad Nauheim
- Büdingen
- Darmstadt
- Darmstadt-Wixhausen
- Dieburg
- Frankenberg
- Frankfurt/Main
- Frankfurt/Main Ost
- Gießen
- Kassel
- Korbach
- Marburg
- Neu Isenburg
- Oberursel
- Wetzlar
- Wiesbaden

Kontakte und weitere Informationen finden Sie unter:  
[www.dvmb-hessen.de](http://www.dvmb-hessen.de)

## Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew (DVMB)

Wir sind eine bundesweit tätige Vereinigung mit fast 15.000 Mitgliedern, die meistens an einer Form der entzündlich rheumatischen Spondylarthritiden erkrankt sind. Als Verein verfolgen wir dabei mehrere Ziele:

- Bewegungsangebote
- Qualifizierte medizinische Informationen
- Patienten- und Therapeutenschulungen
- Mitgliederzeitschrift und Fachliteratur
- Telefon- und Internetberatung