

## Die Seite des Wissenschaftlichen Beirats

Mitglieder des Wissenschaftlichen Beirats kommentieren aktuelle Entwicklungen zum Thema Schuppenflechte.



Heute:

PD Dr. Susann Patschan  
Brandenburg

**P**atienten mit Psoriasis entwickeln in bis zu 25 Prozent der Fälle eine spezifische Gelenkbeteiligung (Psoriasis-Arthritis). Die Betroffenen sehen sich angesichts der gleichzeitigen Erkrankung von Haut und Gelenken im Alltag mit zahlreichen und eventuell schwerwiegenden Problemen konfrontiert. Insbesondere die Schmerzen der Gelenke erfordern oft den Einsatz von antientzündlichen Mitteln, wie etwa Ibuprofen oder Etoricoxib. Obwohl diese Substanzen zwar zu einer Linderung der Beschwerden führen, ist deren Einnahme nicht unproblematisch. Sie erhöhen das Risiko für Herz- bzw. Gefäßkrankheiten merklich. Vielen Erkrankten ist zudem kaum bewusst, dass bestimmte Rheumakrankheiten an und für sich das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall steigern.

**Menschen mit Psoriasis-Arthritis leiden häufig unter Übergewicht:**

## Gefahr für Herz und Gehirn!

### Rheumatische Erkrankungen und kardiovaskuläres Risiko

Insbesondere entzündlich-rheumatische Erkrankungen (rheumatoide Arthritis, Morbus Bechterew, systemischer Lupus erythematodes) gelten als eigenständige kardiovaskuläre Risikofaktoren\* (1). Es wird angenommen, dass die permanente Aktivierung des Immunsystems den Prozess der Verkalkung der Gefäßwand (Atherosklerose) beschleunigt. Daher ist eine medikamentöse Behandlung dieser Krankheitsbilder nicht zuletzt auch aus Gründen der Herzinfarkt- und Schlaganfall-Prophylaxe äußerst wichtig. Seit vielen Jahren ist bekannt, dass die Atherosklerose durch bestimmte (nicht rheumatische) Krankheitsbilder verursacht und verstärkt wird. Zu diesen zählen Bluthochdruck, Diabetes mellitus, Fettstoffwechselstörungen und Übergewicht. In den letzten Jahren wurden zahlreiche Untersuchungen durchgeführt, in denen die Häufigkeit dieser Erkrankungen bei Rheumatikern erfasst wurde. Ein kürzlich in der Fachzeitschrift *European Journal of Rheumatology* erschienener Artikel berichtete über die Häufig-

keit des Risikofaktors Übergewicht bei Menschen mit Psoriasis-Arthritis.

### Vergleich von Psoriasis-Arthritis und rheumatoider Arthritis

Die Autoren des benannten Artikels (2) untersuchten jeweils 102 Patienten mit sowohl Psoriasis-Arthritis als auch rheumatoider Arthritis. Letztere ist die insgesamt häufigste entzündlich-rheumatische Erkrankung überhaupt. Die Autoren bestimmten das Körpergewicht der Erkrankten und erfassten das kardiovaskuläre 10-Jahresrisiko mit Hilfe eines weltweit genutzten Messinstruments (Scores), dem Framingham risk score. Neben dem Körpergewicht wurden auch bestimmte Parameter des Stoffwechsels gemessen, vor allem die Blutfettwerte und der Blutzucker. Es zeigte sich, dass Individuen mit Psoriasis-Arthritis häufiger unter Übergewicht und erhöhten Blutfettwerten litten als Menschen mit rheumatoider Arthritis. Andererseits bestand zwischen beiden Erkrankungen kein Unterschied im 10-Jahresrisiko für Herzinfarkt und Schlaganfall.

## Was ist aus der Untersuchung zu lernen?

Die Arbeit von Özkan und Kollegen zeigt zunächst eindrucksvoll, dass Patienten mit Psoriasis-Arthritis überdurchschnittlich häufig Übergewichtig sind und höhere Blutfett- und Blutzucker-Werte haben als Menschen mit rheumatoider Arthritis. Gleichzeitig scheint dieser Umstand jedoch das kardiovaskuläre Risiko nicht zusätzlich zu steigern. In jedem Fall sollte jedoch eine Normalisierung des Körpergewichts bei Psoriasis-Arthritis angestrebt werden, nicht zuletzt auch aus Gründen der Schonung der Gelenke. Außerdem geht die Normalisierung des Gewichts auch in vielen Fällen mit einer Verbesserung von Blutfett- und Blutzucker-Werten einher. Steigen diese Werte unkontrolliert an, nimmt das Risiko einen Herzinfarkt und/oder einen Schlaganfall zu erleiden, noch weiter zu. Daher sollten Patienten mit Psoriasis-Arthritis neben der medikamentösen und physiotherapeutischen Behandlung auch unbedingt eine regelmäßige Ernährungsberatung erhalten. ■

\* kardiovaskuläre Risikofaktoren sind Faktoren, die die Entwicklung einer Verkalkung der Blutadern (Arteriosklerose) fördern und damit auch das Risiko für einen Schlaganfall und einen Herzinfarkt erhöhen. Dazu zählen u.a. Rauchen, geringe körperliche Bewegung, Stress.

### Literatur

- (1) Lee KS, Kronbichler A, Eisenhut M, Lee KH, Shin JI. Cardiovascular involvement in systemic rheumatic diseases: An integrated view for the treating physicians. *Autoimmun Rev.* März 2018;17(3):201–14.
- (2) Özkan SG, Yazısız H, Behlül A, Gökbelen YA, Borlu F, Yazısız V. Prevalence of metabolic syndrome and degree of cardiovascular disease risk in patients with Psoriatic Arthritis. *Eur J Rheumatol.* März 2017;4(1):40–5.

# Neue Broschüre: PSOaktiv – Training mit dem Übungsband

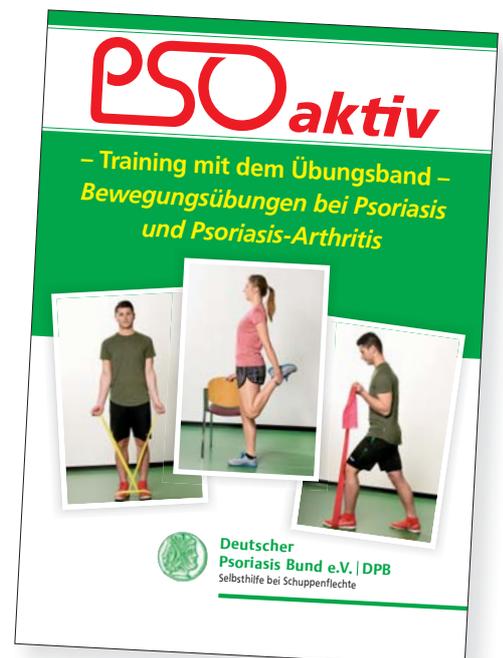
Die neue DPB-Broschüre „PSOaktiv – Training mit dem Übungsband“ bietet ein ausgewogenes und qualitätsgesichertes Bewegungsprogramm. Das Programm ist insbesondere für Menschen mit Psoriasis und Psoriasis-Arthritis geeignet.

**D**ie zahlreichen, detailliert beschriebenen und bebilderten Bewegungsübungen in der Broschüre helfen, die Mobilität der Gelenke zu erhalten bzw. wiederherzustellen. Darüber hinaus vermittelt die Broschüre auch wissenswerte Grundlagen zur Erkrankung Psoriasis-Arthritis. Bewegung tut dem menschlichen Körper gut – das ist längst kein Geheimnis mehr. Auch Psoriasis-Patienten profitieren von den vielen positiven Auswirkungen von „sanftem“ Ausdauertraining und Übungen zur Beweglichkeit mit einem Übungsband. Psoriasis-Patienten können sich fit und beweglich halten und sich so, für den Fall, dass sich eine Psoriasis-Arthritis entwickelt, eine besonders gute Beweglichkeit bewahren. Für Erkrankte, die bereits durch eine Psoriasis-Arthritis in ihrer Beweglichkeit eingeschränkt sind, stellt aktive Bewegung neben einer medikamentösen Behandlung eine der wichtigsten Säulen in der Therapie dar. Durch regelmäßige Bewegung werden mehrere Faktoren positiv beeinflusst: Beweglichkeit, Schmerzen, Muskelkraft, Ausdauer und psychisches Wohlbefinden.

Vor dem Hintergrund, dass etwa ein Drittel der Menschen mit einer Psoriasis der Haut im Laufe der Zeit auch eine Psoriasis-Arthritis entwickelt und dass einmal aufgetretene Schädigungen an Knochen und Gelenken in der Regel unumkehrbar sind, gilt ohnehin: Vorsicht ist besser als Nachsicht... und ein bisschen Bewegung hat auch noch niemandem geschadet. Seien Sie also aktiv! Gönnen Sie sich Ihr privates Heimtraining mit einem Übungsband, mit dieser DPB-Broschüre – und natür-

lich mit Motivation, gutem Willen und Durchhaltevermögen. Legen Sie Ihren sprichwörtlichen „inneren Schweinehund“ an die Kette – oder besser: ans Übungsband – und beginnen Sie noch heute mit dem Training! Wir wünschen Ihnen viel Spaß und Erfolg!

Die DPB-Broschüre „PSOaktiv – Training mit dem Übungsband“ kann kostenfrei über die DPB-Geschäftsstelle bezogen werden. Bitte einen mit 1,45 € frankierten und adressierten DIN A5-Briefumschlag einsenden.



Die Erstellung der Broschüre durch den DPB wurde ermöglicht mit freundlicher finanzieller Unterstützung der Firma AbbVie Deutschland GmbH & Co. KG.

Unter [www.psoriasis-bund.de/veroeffentlichungen/broschueren/](http://www.psoriasis-bund.de/veroeffentlichungen/broschueren/) steht die Broschüre zudem auch als kostenfreier Download im PDF-Format zur Verfügung. ■