

VORWORT DES ZDF	4
RHEUMA FORDERT AKTIVITÄT.	6

RHEUMA - URSACHEN UND ENTSTEHUNG

Rheuma ist eine Volkskrankheit	8
Die rheumatoide Arthritis.	11
Arthrose - das Verschleißrheuma.	14

RHEUMA - DIE DIAGNOSE

Am Anfang stehen die Schmerzen.	18
Rheumatoide Arthritis erkennen.	23
Arthrose eindeutig feststellen.	29

RHEUMA - DIE THERAPIE

Die Säulen der Behandlung.	32
Der Schmerz muss weg.	34
Medikamente bei Gelenkrheuma.	41
Operativ eingreifen.	52
Neue Therapien - neue Hoffnung.	55
Bewegung und mehr.	57
Kälte oder Wärme?.	59

RHEUMA VERÄNDERT

Rheuma annehmen.	62
Sex trotz Rheuma?.	63
Entspannung üben.	65
Bewegungsübungen zu Hause.	66
Eine Rheumadiät?.	70
Gelenke schonen.	72
Arbeit, soziale Hilfen und mehr.	76

GLOSSAR	78
--------------------------	----

STICHWORTVERZEICHNIS	79
---------------------------------------	----

IMPRESSUM	80
----------------------------	----

Zur besseren Orientierung ist dieses Buch mit einem farbcodierten Wegweiser ausgestattet:

- Die mit Rot gekennzeichneten Seiten behandeln die Krankheitsbilder Arthrose und rheumatoide Arthritis.
- Alles zur Diagnose finden Sie auf den blauen Seiten.

Das grüne Kapitel beschreibt die Behandlung.

- ü Auf den orangefarbenen Seiten finden Sie praktische Tipps bei Gelenkrheuma - von Bewegungsübungen bis hin zum Rentenantrag.