



## Rheuma Zentrum Ratingen

Rheumatologische Gemeinschaftspraxis

### Dr. med. Siegfried Wassenberg

Arzt für Innere Medizin - Rheumatologie  
Physikalische Therapie und Balneologie  
Rehabilitationswesen

### Dr. med. Ralf Weier

Arzt für Innere Medizin – Rheumatologie  
Physikalische Therapie

### Dr. med. Benjamin Köhler

Arzt für Innere Medizin-Rheumatologie  
Rosenstraße 2  
40882 Ratingen  
Telefon 02102 / 5595866  
Telefax 02102 / 5595864  
info@rheumazentrum-ratingen.de

## Merkblatt zur „Fingerpolyarthrose“

Sehr geehrte Patientin,  
sehr geehrter Patient,

wir haben bei Ihnen eine Verschleißerkrankung an den Fingergelenken festgestellt, die von den Medizinern als „Fingerpolyarthrose“ bezeichnet wird. Die Veränderungen betreffen hauptsächlich die Fingerendgelenke und die Fingermittelgelenke, häufig auch die Daumensattelgelenke. In der Regel sind beide Hände betroffen. Typisch für die Fingerpolyarthrose sind eher derbe Auftreibungen, die zu einer zunehmenden sichtbaren Verformung der Gelenke führen. Nach ihrer Auftreibung der Fingermittel- und -endgelenke und werden nach ihren Erstbeschreibern wird die Arthrose an den Fingerendgelenken auch als „Heberdenarthrose“, an den Fingermittelgelenken als „Bouchardarthrose“ und an den Daumensattelgelenken als „Rhizarthrose“ bezeichnet.

Bei diesem Krankheitsbild handelt es sich nicht um eine entzündlich rheumatische Erkrankung, bei der das Immunsystem einen Angriff gegen den eigenen Körper unternimmt – wie z.B. bei der chronischen Polyarthrit. Die Ursache der Arthrose liegt eher in Alterungsvorgängen des Knorpels, die zu zunehmenden Veränderungen der Gelenkflächen führen. Durch den Abrieb im Gelenk kann es auch zu lokal begrenzten Reizzuständen kommen, die dann wie eine Entzündung ablaufen. Diese Vorgänge führen aber im Gegensatz zu den entzündlich-rheumatischen Erkrankungen nicht zu einem im Blut messbaren Anstieg der Entzündungszeichen.

### Häufigkeit:

Die Fingerpolyarthrose ist sehr häufig und betrifft besonders oft Frauen ab dem 45. Lebensjahr.

### Ursachen:

Die genaue Ursache der Fingerpolyarthrose ist bisher nicht geklärt. Es werden genetische und hormonelle Faktoren und Umwelteinflüsse (Art und Dauer der Arbeitsbelastung) diskutiert. Bis heute kann man aber nicht erklären, warum einige Menschen mehr, andere weniger stark von diesen „Alterungsvorgängen“ betroffen sind.

### Behandlung:

Eine ursächliche Behandlung der Fingerpolyarthrose ist bisher nicht möglich. Zur Linderung der Symptome (Schmerzen und Bewegungseinschränkung) kann die lokale Anwendung von Wärme und von so genannten Rheumasalben beitragen. Wärme kann auf verschiedene Wege an die Gelenke gebracht werden.

Man kann eine Schüssel mit Rapssamen füllen, sie im Ofen auf ca. 50° erwärmen und dann die Hände in den erwärmten Rapssamen eintauchen und ca. 10 Minuten lang Knetübungen machen.

Andere Möglichkeiten sind aber auch das Paraffinbad oder die Anwendung warmer Fango. Da es im Rahmen der verschleißbedingten Veränderungen an den Fingergelenken auch zu kurzzeitigen Aktivierungsphasen kommen kann, in denen die Gelenke vermehrt geschwollen und überwärmt sind, ist in solchen „Akutphasen“ eher die lokale Anwendung von Kälte z.B. mit Kryogel oder Quarkpackungen vorzuziehen.

Sollten diese Maßnahmen nicht ausreichend wirken, können auch Rheumasalben angewandt werden. Diese müssen aber regelmäßig 2-3 x am Tag auf die schmerzhaften Gelenke aufgetragen werden. Selten sind Rheumaschmerzmittel als Tabletten in niedriger Dosis erforderlich, wie z.B. Ibuprofen 200-400 mg oder Diclofenac 25-50 mg. Diese Medikamente sollten aber nicht ohne Rücksprache mit dem Hausarzt über längere Zeit eingenommen werden. Wenn in der Vorgeschichte ein Magengeschwür aufgetreten ist, besteht ein hohes Risiko für eine erneute Magenschädigung durch diese Medikamente.

#### **Operative Möglichkeiten:**

Bei sehr fortgeschrittenen Veränderungen, insbesondere an den Daumensattelgelenken, die die Gebrauchsfähigkeit der Hand und die Lebensqualität deutlich einschränken, kann auch eine Operation notwendig werden. Hierzu sollten Sie ggf. Ihren behandelnden Orthopäden oder einen Handchirurgen zu Rate ziehen.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Team des Rheumazentrums Ratingen