Sport und Rheuma im Kindes- und Jugendalter

Matthias Hartmann

Dr. Joachim Peitz

Die Behandlung von Kindern mit rheumatischen Erkrankungen veränderte sich in den vergangenen 30 Jahren durch die Einführung von Methotrexat sowie mit der im Jahr 2000 beginnenden Zulassung der bDMARDs in die Kinder- und Jugendrheumatologie enorm. Daraus resultiert, dass Kinderrheumatologen endlich die Remission der Erkrankung und eine normale Entwicklung des Kindes als realistische Ziele der Behandlung definieren. Ein starker therapeutischer Wandel kann nun von einer vorsichtig, gelenkschonenden Behandlungsweise hin zu einer frühzeitigen, sportlich-funktionell fordernden Therapie vollzogen werden. Erhebliche Verunsicherungen wie z.B. „Zu welchem Zeitpunkt darf ein Patient mit einer rheumatischen Erkrankung Sport treiben?“ oder „Gibt es Risikofaktoren, die eine Krankheitsverschlechterung hervorrufen können?“ führen dazu, dass das körperliche Aktivitätsniveau der Rheumakids weiterhin unter dem Niveau gesunder Kinder bleibt. Somit droht durch den resultierenden Bewegungsmangel ein erheblicher Risikofaktor mit allen einhergehenden Langzeitschäden.

Diesem Thema widmet sich die Kommission Bewegung und Sport der Gesellschaft für Kinder und Jugendrheumatologie seit dem Jahr 2006 und versucht, durch Veranstaltung von Symposien und Fortbildungen die Aufmerksamkeit für Kinderrheuma und Sport bei Ärzten, Therapeuten und Betroffenen zu steigern. Mit diesem interdisziplinär entstandenen Themenheft rückt die Kommission die wesentlichen Vorteile von körperlicher Aktivität und Sport in den Fokus und erläutert, warum und vor allem wie die betroffenen Kinder am Sport teilnehmen können.

Bewegung und Sport gehören immer mehr zum festen Bestandteil therapeutischer und sekundärpräventiver Behandlungen. Florian Milatz und Bernd Wolfarth zeigen in ihrem Artikel **Sport und chronische Entzündung** die Komplexität des Themas und beginnen die Ausgabe mit vielen praktischen Denkanstößen.

Bewegung verursacht antiinflammatorische Mechanismen, die bereits nachgewiesen werden konnten und können. Sie sind in der Lage, mittelbar oder unmittelbar in den Krankheitsverlauf einzugreifen. Dieses Thema up to date und anschaulich darzustellen, haben sich Claas Hinze und Joachim Peitz in ihrem Beitrag **Immunmodulatorische Effekte sportlicher Aktivität** zum Ziel gesetzt.

In **Sport und Bewegung bei JIA – Bedeutung für das muskuloskelettale System** zeigen Sandra Hansmann und Hermann Girschick wie immens wichtig Bewegung und Sport für eine optimale Entwicklung unserer Muskeln, Sehnen, Gelenke und Knochen ist, nicht nur beim an Rheuma erkrankten Kind.

Zusätzlich sehen wir uns einem Kind gegenüber, dem wir versprechen, dass es alles machen soll, was es will, sportlich wie im normalen Leben. Aber was können wir ihm guten Gewissens empfehlen, was den Eltern, Lehrern und Therapeuten sagen, was der einzelne Patient machen darf, ohne auf lange Sicht gesehen Schaden zu nehmen? Die sehr heterogene Krankheitsgruppe der Kinder und Jugendlichen mit Rheuma macht eine generelle Empfehlung schwierig und die wissenschaftliche Aufarbeitung dessen noch schwieriger. Dennoch sind auch hier in den letzten Jahren große Fortschritte gemacht worden.

Für viele Betroffene stellt der Schulsport eine große Integrationsbarriere dar. Matthias Hartmann, Josephine Merker und Norbert Henner zeigen in ihrem Beitrag **Inklusion chronisch kranker Kinder und Jugendlicher in den Schulsport**, dass Schulsport genau das Gegenteil bedeuten kann und eine Teilhabe fast immer möglich ist. Hilfsmittel, wie der „Rheuma und Sport Kompass“, der am Deutschen Zentrum für Kinder- und Jugendrheumatologie in Garmisch-Partenkirchen zusammen mit der Technischen Universität München entwickelt wurde, sollen Ärzten zukünftig helfen, den Sportlehrern eine Vorgabe zur individuellen Betreuung und damit zur optimalen Einbindung des Kindes in den Sportunterricht zu bieten.

Josephine Merker und ihr Autorenteam stellen uns den aktuellen Stand der **Bewegungs- und Sportberatung bei Kindern und Jugendlichen mit chronischen und rheumatischen Erkrankungen** vor. Sie geben uns einen Leitfaden zur Hand, wie wir diese schwierige Aufgabe im Klinikalltag lösen können.

Den Bogen abrunden werden Ruth Suhr, Marianne Spamer und die 19-jährige Monique mit praktischen Vorschlägen aus Sicht der Physiotherapie und des Patienten zum Thema **Sport als Therapie im klinischen Alltag**.

Matthias Hartmann
Garmisch-Partenkirchen
Gastherausgeber

Dr. Joachim Peitz
Sankt Augustin
Gastherausgeber

Dieses Dokument wurde zum persönlichen Gebrauch heruntergeladen. Vervielfältigung nur mit Zustimmung des Verlages.

© Georg Thieme Verlag KG 2018