

Psoriasis- Arthritis

Dieser medizinische Guide wurde speziell zur Aufklärung von Patienten entwickelt, um Psoriasis-Arthritis besser verstehen zu können. Bei Psoriasis-Arthritis handelt es sich um eine chronisch-rheumatische Erkrankung. Für spezifische Fragen und Details zu Ihren Symptomen suchen Sie bitte Ihren Arzt auf.

**Was Sie über
Psoriasis-
Arthritis
wissen sollten**



Inhalt

Vorwort	3
Was ist eine Psoriasis-Arthritis?	4
Welche Symptome gibt es bei einer Psoriasis-Arthritis?	6
Wodurch entsteht eine Psoriasis-Arthritis?	8
Was passiert bei der Psoriasis-Arthritis im Körper?	10
Welche anderen Organe können betroffen sein?	12
Wie wird eine Psoriasis-Arthritis erkannt?	14
Warum sollte eine Psoriasis-Arthritis behandelt werden?	15
Wie wird eine Psoriasis-Arthritis behandelt?	16

Vorwort

Als chronisch-rheumatische Erkrankung stellt die Psoriasis-Arthritis für Betroffene nicht nur eine körperliche, sondern auch eine psychische und soziale Herausforderung dar.

Nicht selten fühlen Betroffene sich ausgegrenzt. Aber: Sie sind mit Ihrer Erkrankung nicht allein! Suchen Sie den Erfahrungsaustausch mit anderen Menschen, denen es ähnlich geht, z. B. in der Selbsthilfe. Am Ende dieser Broschüre finden Sie Kontaktadressen zu verschiedenen Patienten- und Selbsthilfeorganisationen.

Diese Patienteninformation wurde für Sie entwickelt, damit Sie sich einen Überblick zum Krankheitsbild der Psoriasis-Arthritis verschaffen können. Erfahren Sie auf den folgenden Seiten, mit welchen Beschwerden und Begleiterkrankungen die Psoriasis-Arthritis verbunden ist, worauf Sie achten sollten und welche Behandlungsmöglichkeiten es heute gibt.

Wenn Sie verstehen, was in Ihrem Körper passiert, können Sie – gemeinsam mit Ihrem behandelnden Arzt – leichter wichtige Entscheidungen zur Therapie und zu Untersuchungen treffen. Das neue Wissen wird Ihnen dabei helfen, gut mit Ihrer Erkrankung zu leben und Ihre Gelenke zu schützen.

Sicher werden im Laufe der Lektüre weitere Fragen auftauchen.

Machen Sie sich dazu am besten Notizen und klären Sie diese bitte mit Ihrem Arzt als zentralen Ansprechpartner.

Was ist eine Psoriasis-Arthritis?

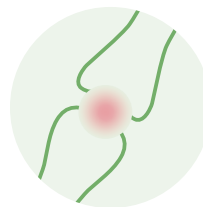
Die Psoriasis-Arthritis (PsA) ist eine chronisch-entzündliche, rheumatische Erkrankung, die Gelenke und Haut einbezieht. Psoriasis bedeutet Schuppenflechte, während Arthritis eine Gelenkentzündung beschreibt.



Psoriasis

Die Schuppenflechte zählt zu den häufigsten **Hautkrankheiten**. Namensgebend sind die rötlichen Hautverdickungen mit stark schuppender, silbrig-weißer Oberfläche, die typischerweise an den Streckseiten von Armen und Beinen, am Rücken und auf der Kopfhaut auftreten.

Die Psoriasis ist eine sogenannte **Systemerkrankung**. Das heißt, dass sie nicht nur auf die Haut beschränkt ist, sondern auch andere Körperregionen in Mitleidenschaft ziehen kann – wie etwa die Gelenke.



Arthritis

Schätzungsweise 20 % der Menschen mit Schuppenflechte entwickeln eine Psoriasis-Arthritis, und zwar meist erst viele Jahre nach Erscheinen der Hautveränderungen. Selten treten die **schmerzhaften Gelenkentzündungen** auch schon vor den Hauterscheinungen auf. Einige Patienten weisen auch gar keine sichtbare Schuppenflechte auf.

Die Psoriasis-Arthritis kann an ganz **unterschiedlichen Gelenken** auftreten. Je nachdem, wie viele und welche Gelenke betroffen sind, unterscheidet man unterschiedliche Formen.



Krankheitsverlauf

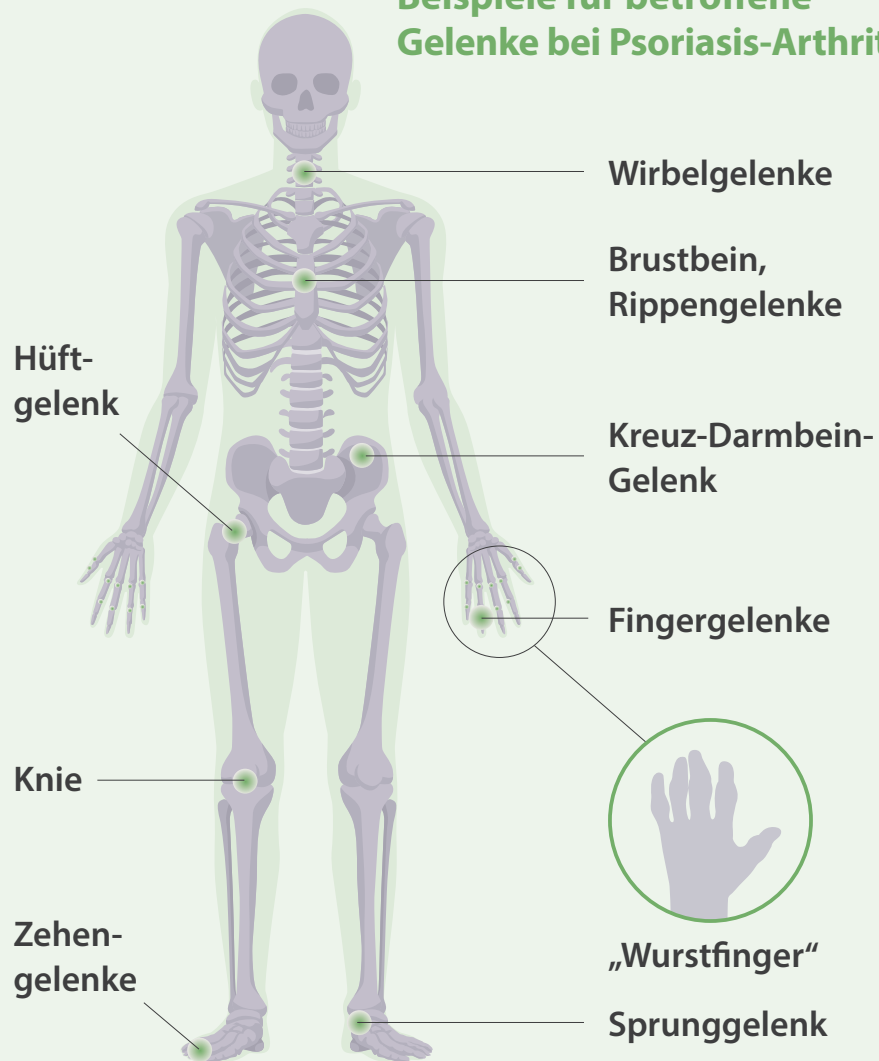
Die Psoriasis-Arthritis tritt meist **zwischen dem 30. und 55. Lebensjahr** auf, kann sich aber prinzipiell in jedem Lebensalter zeigen und auch schon Kinder und Jugendliche betreffen.

Es handelt sich um eine anhaltende (chronische) Erkrankung, die in wiederkehrenden **Schüben** verläuft. Das heißt, dass Phasen mit starken Gelenkbeschwerden durch beschwerdefreie Phasen abgelöst werden.

Frauen und Männer erkranken etwa gleich häufig an einer Psoriasis-Arthritis.

Welche Symptome gibt es bei einer Psoriasis-Arthritis?

Beispiele für betroffene Gelenke bei Psoriasis-Arthritis



Gelenkbeschwerden

Die Psoriasis-Arthritis kann kleine wie große Gelenke betreffen. Oft sind **mehrere Gelenke gleichzeitig entzündet**.



Schmerzen:

- **Schmerzende Gelenke**, vor allem in Ruhe
- Rücken-, Nacken- oder Gesäßschmerzen (wenn Wirbelkörper, Wirbelgelenke oder Kreuz-Darmbein-Gelenke entzündet sind)
- Schmerzen bei tiefer Einatmung (wenn Gelenke an Brustkorb, Brustbein oder Rippen entzündet sind)



Schwellungen:

- Schwellung, Rötung und Überwärmung der Gelenke
- Typisch: **Wurstfinger** oder **Wurstzehe** (Entzündung aller Gelenke eines Fingers oder Zehs mit Schwellung)



Bewegungseinschränkungen:

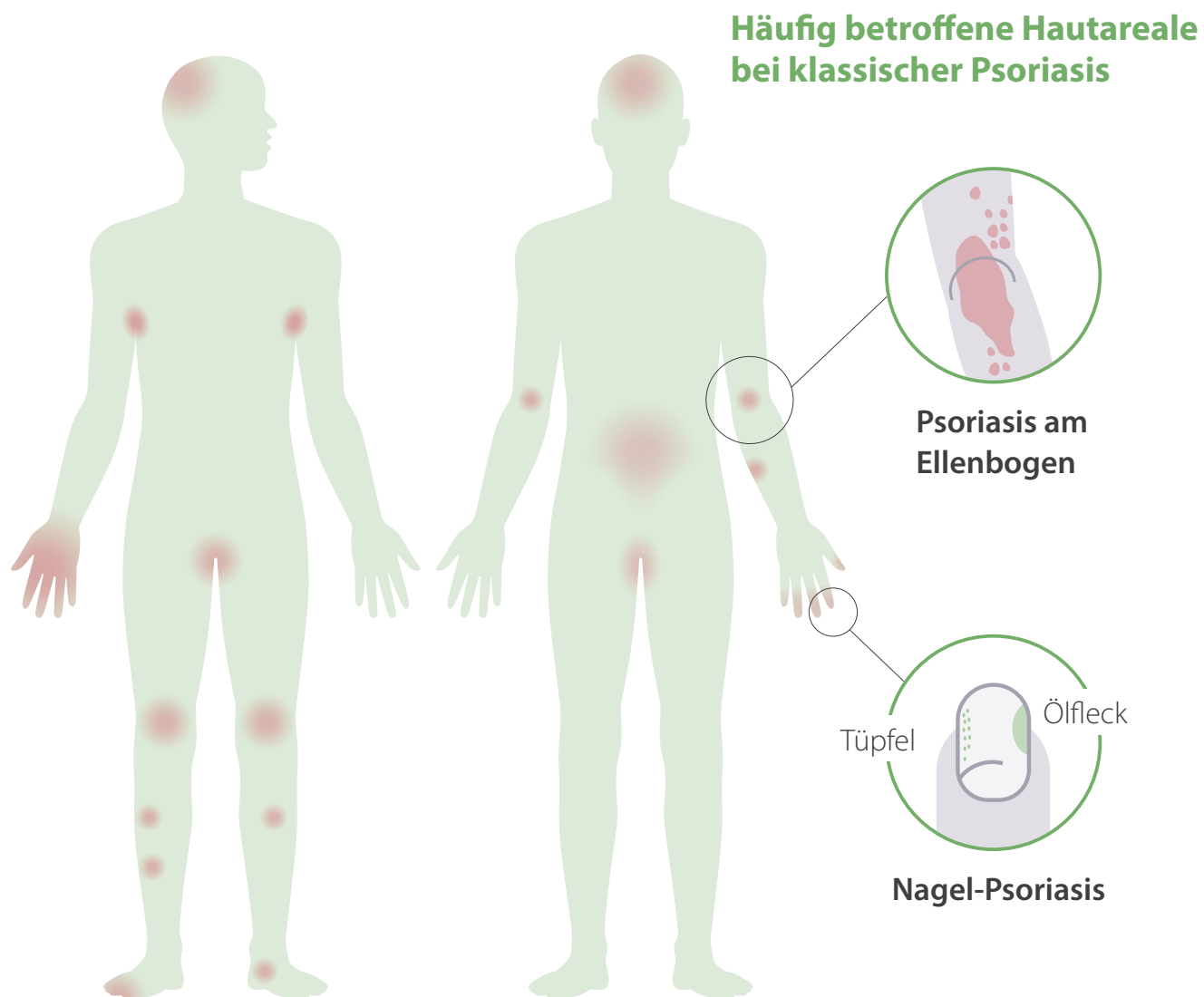
- Steife Gelenke, besonders am Morgen (**Morgensteifigkeit**)
- Besserung durch Bewegung

Hautveränderungen

Die **schuppenden Herde** (Plaques) treten bei der Psoriasis vor allem an den Streckseiten von Armen und Beinen, am Rücken und auf dem behaarten Kopf auf. Außerdem weisen Patienten mit Psoriasis-Arthritis häufig **Nagelveränderungen** wie kleine Dellen (Tüpfelnägel) oder gelbliche Verfärbungen (Ölflecken) auf.

Übrigens...

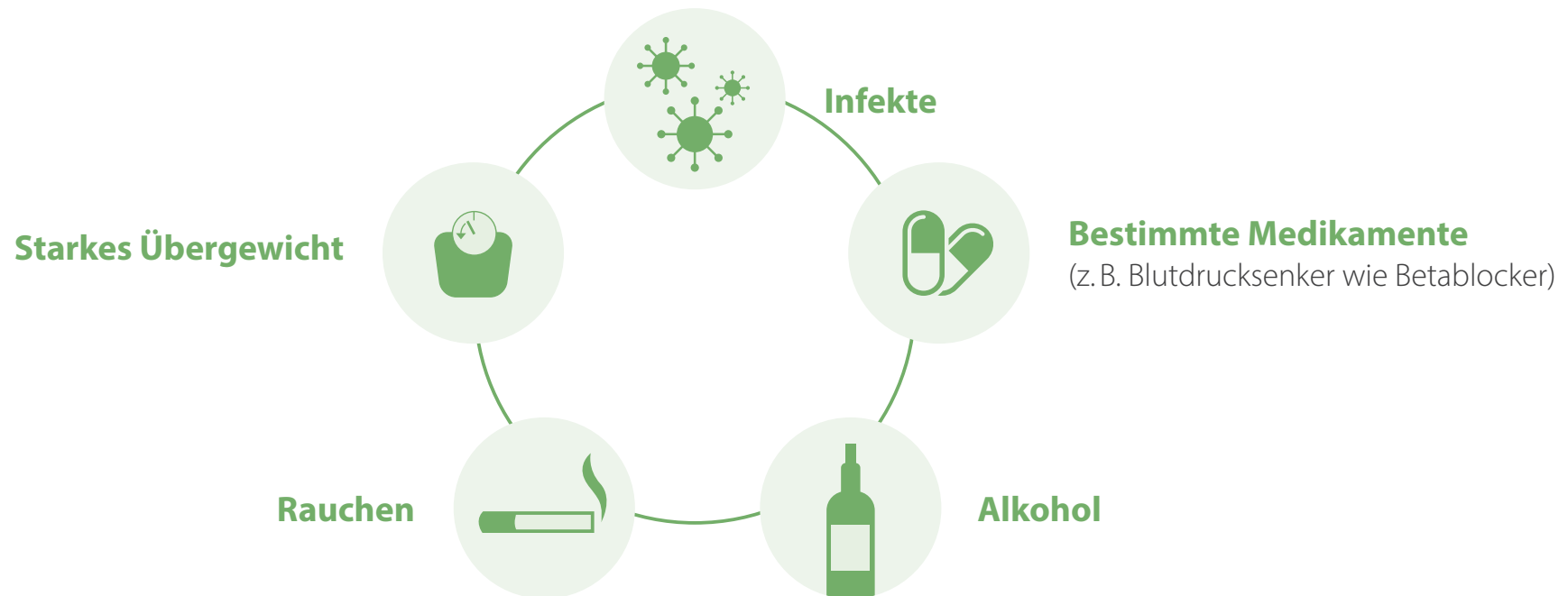
Schuppenflechte ist nicht ansteckend!

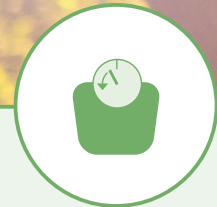


Wodurch entsteht eine Psoriasis-Arthritis?

Wie genau es zu einer Psoriasis-Arthritis kommt, ist derzeit noch nicht geklärt. Sicher ist aber, dass eine **erbliche Veranlagung** die Hauptrolle spielt. So ist das Erkrankungsrisiko für Verwandte ersten Grades um das 50-fache erhöht.

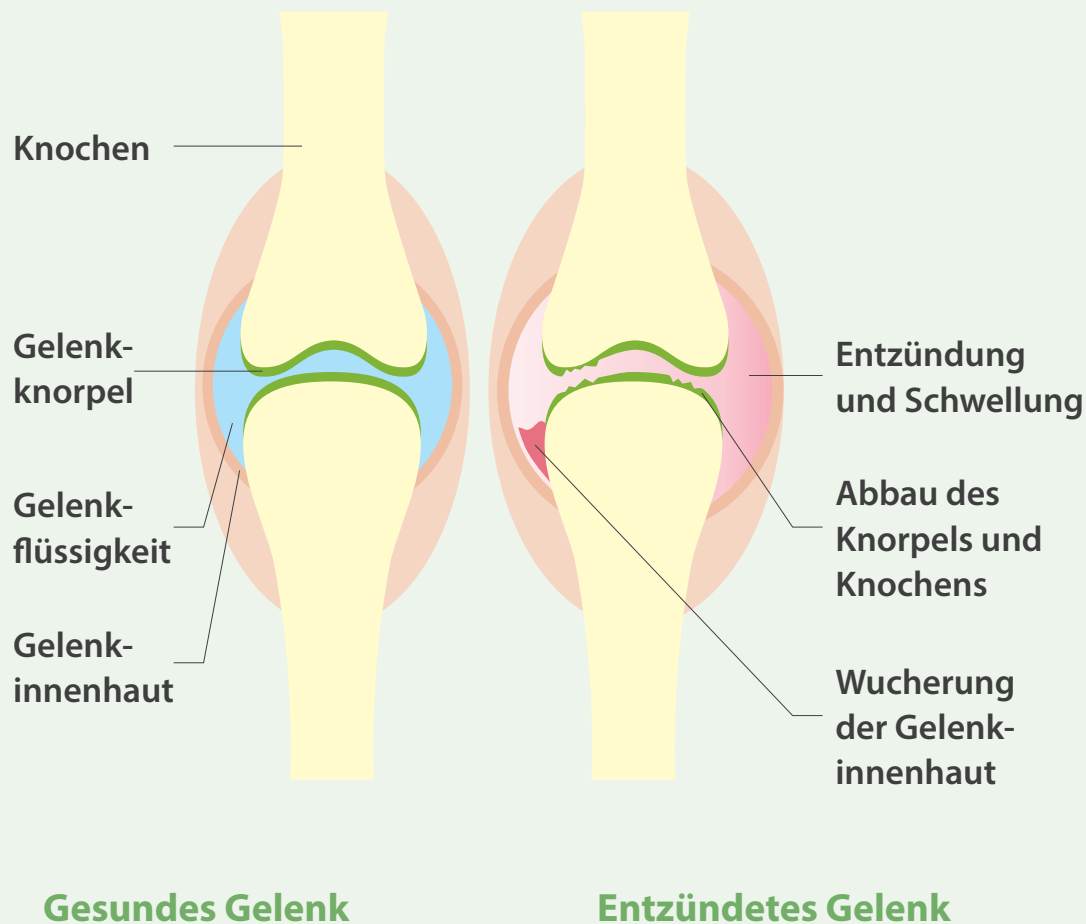
Außerdem erhöhen folgende Faktoren das Risiko, dass eine Psoriasis-Arthritis entsteht oder ein neuer Krankheitsschub ausgelöst wird:





Da überschüssiges Gewicht die entzündeten Gelenke zusätzlich belastet, ist es wichtig, körperliche Aktivität nicht zu vernachlässigen – testen Sie z. B. Trocken- oder Wassergymnastik! Gemeinsam mit anderen Patienten macht Bewegung viel mehr Spaß und Sie trainieren in einem sicheren Umfeld.

Was passiert bei der Psoriasis-Arthritis im Körper?



Autoimmune Entzündung

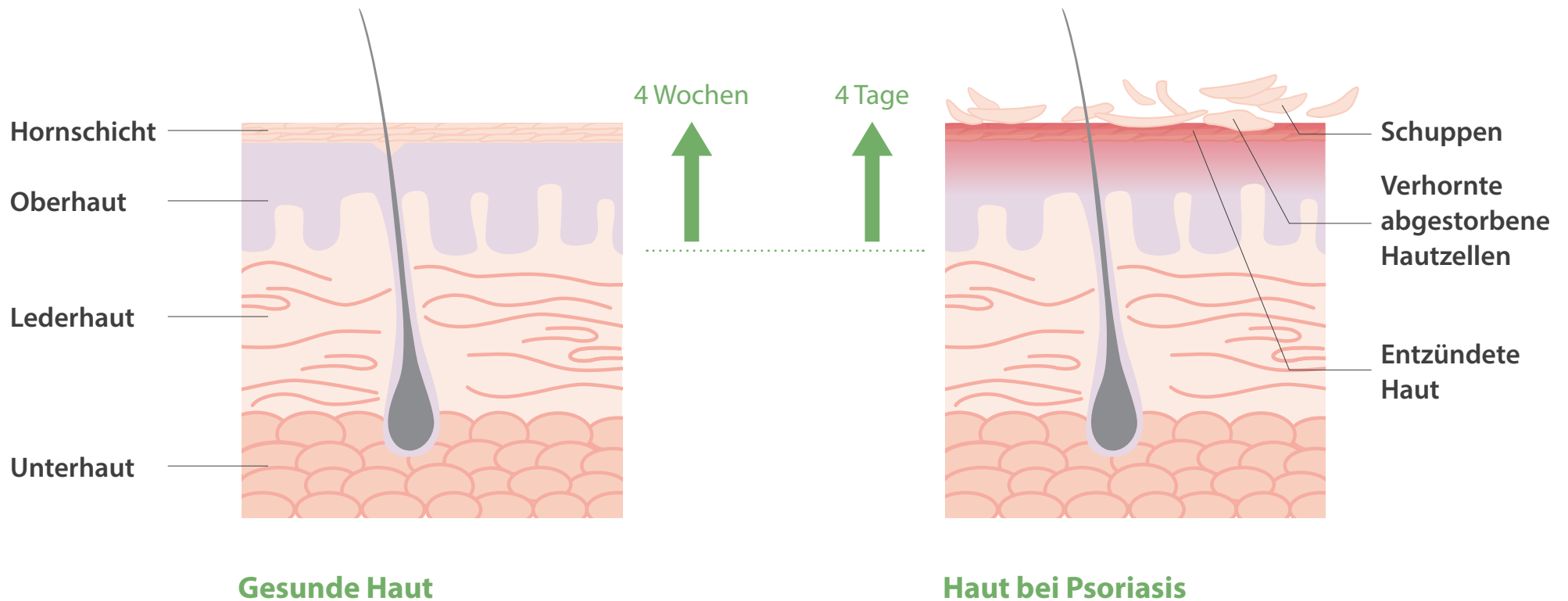
Die Psoriasis ist eine **entzündliche Autoimmunerkrankung**. Der Wortteil *auto* kommt aus dem Griechischen und bedeutet *selbst*. Bei einer Autoimmunerkrankung richtet sich die eigene Immunabwehr irrtümlicherweise gegen den Körper selbst – z. B. gegen bestimmte Strukturen im Gelenk. Eine wichtige Rolle spielen hier **Botenstoffe**, die die Entzündung anfachen (z. B. Tumornekrosefaktor alpha, verschiedene Interleukine). Auch weiße Blutkörperchen sind an diesen Autoimmunvorgängen maßgeblich beteiligt.

Entzündung im Gelenk

Die anhaltende Entzündung im Gelenk greift den Gelenkknorpel und -knochen an und veranlasst die Gelenkinnenhaut zu wuchern. Ohne Behandlung wird das **Gelenk** zunehmend **geschädigt** und in seiner Beweglichkeit beeinträchtigt.

Entzündung in der Haut

Auch die Hautareale mit den Plaques sind **chronisch entzündet**. Dabei vermehren sich die hornbildenden Hautzellen viel schneller als bei der gesunden Haut, sie sind in ihrem Reifungsprozess gestört. In der Folge entstehen die stark verhornten, schuppigen Herde.



Welche anderen Organe können betroffen sein?



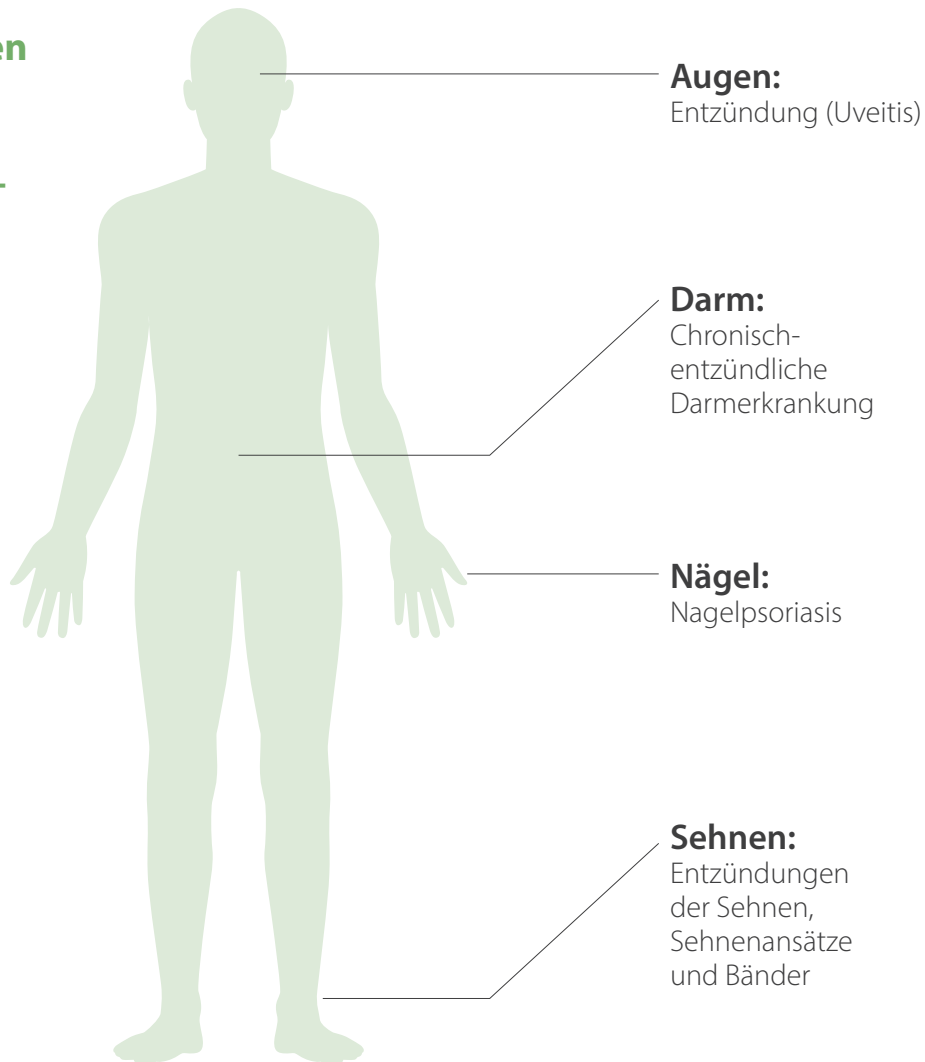
Die Psoriasis-Arthritis ist eine **entzündliche System-erkrankung**, die nicht nur auf die Gelenke, sondern auch auf **andere Körperregionen** übergreifen kann.

Außerdem ist sie mit verschiedenen **Begleiterkrankungen** verbunden. So haben Menschen mit Psoriasis-Arthritis ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Umso wichtiger sind deswegen regelmäßige **Vorsorgeuntersuchungen**.

Achten Sie auf weitere Beschwerden!

Achten Sie auf Beschwerden wie Engegefühl bzw. Schmerzen in der Brust, die in die Arme oder zum Kiefer ausstrahlen. Sie können Anzeichen einer Herz-Kreislauf Erkrankung sein. Eine Beteiligung der Augen kann sich z. B. durch Schmerzen, Rötungen, vermehrten Tränenfluss, Verschwommensehen oder Lichtempfindlichkeit äußern. Manche Augenentzündungen bei Psoriasis (Uveitis, eine Entzündung der mittleren Augenhaut) können ohne Behandlung bleibende Sehschäden hinterlassen. Wenn Sie solche Beschwerden bemerken, wenden Sie sich bitte umgehend an Ihren Arzt.

Erkrankungen außerhalb der Gelenke bei Psoriasis- Arthritis



Weitere häufige Begleit- erkrankungen:

- **Bluthochdruck**
- **Diabetes**
- **Fettstoffwechselstörungen**
- **Leberverfettung**
- **Angststörung**
- **Depression**

Wie wird eine Psoriasis-Arthritis erkannt?

Diagnose von einer Psoriasis-Arthritis

Um eine Psoriasis-Arthritis festzustellen, sind verschiedene Untersuchungen vonnöten.



Krankengeschichte

Die erbliche Veranlagung spielt eine große Rolle. Besonders von Interesse ist daher, ob auch andere Familienmitglieder eine Psoriasis oder Psoriasis-Arthritis haben.



Blutuntersuchung

Neben Entzündungszeichen wird hier insbesondere nach erblichen Merkmalen (HLA-B27) im Blut gesucht, die auf eine Psoriasis-Arthritis hindeuten.



Körperliche Untersuchung

Wenn Schuppenflechte, Gelenkentzündungen (v. a. Wurstfinger/Wurstzehe) und Nagelveränderungen gleichzeitig bestehen, liegt der Verdacht auf eine Psoriasis-Arthritis nahe. Schwieriger wird die Diagnosestellung bei den wenigen Patienten, die nur Gelenkbeschwerden haben, aber (noch) keine Hautveränderungen.



Bildgebende Verfahren

Mithilfe von bildgebenden Verfahren wie Ultraschall, Röntgen, Magnetresonanztomografie oder Knochenszintigrafie wird versucht, zwischen möglichen Gelenkerkrankungen zu unterscheiden und herauszufinden, ob und wie weit die Gelenke schon geschädigt sind. Anfangs sind bei der Psoriasis-Arthritis allerdings kaum Veränderungen erkennbar.

Warum sollte eine Psoriasis-Arthritis behandelt werden?

Wenn eine Psoriasis-Arthritis nicht oder nicht ausreichend behandelt wird, kann die Dauerentzündung im Gelenk dazu führen, dass bleibende Schäden an Gelenkknorpel und -knochen entstehen.

Die **Schäden am Gelenk** können leider nicht mehr rückgängig gemacht werden. Durch die Schmerzen entwickeln die Betroffenen Schonhaltungen und Ausweichbewegungen. Muskeln, Sehnen und Bänder können sich verkürzen (Kontrakturen), und es kann zu **Fehlstellungen** kommen. Das Gelenk **versteift** dann zunehmend und büßt seine Beweglichkeit ein.

Wird dieser langsam fortschreitende Prozess nicht aufgehalten, kann der Schaden erheblich sein und bis zur Zerstörung des Gelenks führen. Aus diesem Grund ist es ganz entscheidend, die Psoriasis-Arthritis so früh wie möglich zu behandeln!

Je früher die Psoriasis-Arthritis erkannt wird, desto besser lässt sie sich behandeln – und umso eher lassen sich bleibende Gelenkschäden vermeiden.

Die wichtigsten Therapieziele sind:

- **Die Beschwerden zu lindern**
- **Die Beweglichkeit der Gelenke zu erhalten**
- **Der Entstehung von Gelenkschäden vorzubeugen**



Je nachdem, wie aktiv die Psoriasis-Arthritis ist, welche Gelenke betroffen sind und welche Begleiterkrankungen vorliegen, wird für jeden Patienten ein **individuelles Therapiekonzept** maßgeschneidert. Dabei wird sowohl die Behandlung der Gelenksbeschwerden als auch der Hautveränderungen berücksichtigt, weshalb eine Zusammenarbeit von Rheumatologe und Hautarzt wichtig ist. Mithilfe einer optimal auf sie abgestimmten Therapie können Betroffene über viele Jahre beschwerdefrei leben.

Wie wird eine Psoriasis-Arthritis behandelt?

Mögliche therapeutische Maßnahmen

Für jeden Patienten mit Psoriasis-Arthritis wird ein eigenes Therapiekonzept aus medikamentösen und nicht-medikamentösen Ansätzen zusammengestellt.

Medikamentöse Therapie



Schmerzlindernde Medikamente

Sie wirken nur gegen die Symptome, verhindern aber nicht die Entstehung von Gelenkschäden.

- **Kortisonfreie Antirheumatika (NSAR),**
z. B. Ibuprofen, Diclofenac, Naproxen
- **Kortison-Spritze in das Gelenk**



Basismedikamente (DMARDs)

Die sogenannten **krankheitsmodifizierenden Medikamente** (DMARDs, *engl.*: Disease-Modifying-Anti-Rheumatic-Drugs) wirken **ursächlich** gegen die Entzündungsvorgänge im Gelenk, lindern die Beschwerden und verzögern bzw. verhindern die Entstehung von Gelenkschäden. DMARDs dämpfen die Immunabwehr (immunsuppressive Wirkung) und wirken entzündungshemmend. Sie werden **langfristig** eingesetzt, um neuen Schüben vorzubeugen und den Krankheitsverlauf günstig zu beeinflussen.

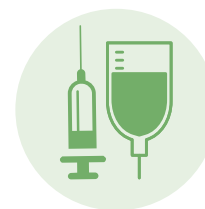


Synthetische Basismedikamente (sDMARDs)

- **Klassische sDMARDs**,
z. B. Methotrexat, Leflunomid,
wirken oft erst nach einer Anlaufzeit
von Wochen bis Monaten
- **Neuere sDMARDs wie Apremilast**,
wirken innerhalb von Wochen

Achten Sie auf einen vollständigen Impfschutz!

DMARDs wirken, indem sie die Immunabwehr dämpfen. Eine häufige Nebenwirkung sind daher Infektionen. Aus diesem Grund sollte Ihr Impfschutz vor Therapiebeginn vollständig sein. Bringen Sie Ihren Impfpass mit, damit Ihr Arzt überprüfen kann, ob demnächst Impfungen anstehen. Impfungen mit Lebendimpfstoffen dürfen während der Behandlung nicht erfolgen!



Biologische Basismedikamente (bDMARDs)

- **Z. B. TNF-alpha-Blocker, Interleukin-Blocker**
- Aus lebenden Zellkulturen gentechnisch hergestellte Eiweiße
- Auch als Biologika oder Biosimilars bekannt
- Ein Biosimilar ahmt ein bestimmtes Biologikum nach und verfügt über einen ähnlichen, aber nicht identischen Wirkstoff
- Werden eingesetzt, wenn klassische sDMARDs nicht ausreichend wirksam sind, nicht gegeben werden können oder bei schweren Formen der Psoriasis-Arthritis
- Wirken schnell, oft innerhalb von Tagen

Wie wird eine Psoriasis-Arthritis behandelt?

Weitere therapeutische Maßnahmen

Nicht-medikamentöse Therapie

Die Bandbreite der nicht-medikamentösen Therapieansätze bei Psoriasis-Arthritis ist groß. Dazu gehören zum Beispiel:



- Physiotherapie, Krankengymnastik
- Funktionstraining, spezielle Gymnastik für Rheuma-Patienten
- Bewegung, gelenkschonende Sportarten, z. B. Schwimmen



- Physikalische Therapie, z. B. Wärme- oder Kälteanwendungen, Massagen
- Psychologische Unterstützung
- Entspannungsverfahren, z. B. progressive Muskelentspannung nach Jacobson



- Ergotherapie, z. B. Gelenkschutztraining, Einsatz von Hilfsmitteln zur Schonung entzündeter Gelenke (spezielle Messer, Flaschenöffner, Schienen)

Besuchen Sie Patientenschulungen!

Damit Sie lernen, gut mit Ihrer Erkrankung zu leben, ist es ganz entscheidend, dass Sie sich bestmöglich informieren. Nutzen Sie das Angebot für Patientenschulungen, z. B. von Patientenorganisationen. Hier erfahren Sie alles Wichtige rund um die Psoriasis-Arthritis, was Ihren Gelenken guttut und worauf Sie achten sollten. Zudem können Sie hier Fragen stellen und erhalten viele praktische Tipps für den Alltag. Anlaufstellen der Landes- und Mitgliedsverbände der Deutschen Rheuma-Liga finden Sie hier:

<https://www.rheuma-liga.de/ueber-uns/landesverbaende/-/mitgliedsverbaende>



Weitere Antworten finden Sie auch auf unserer Patientenwebsite:

www.celltrion-patientenservice.de

Hilfreiche Adressen und Anlaufstellen:

Auf den folgenden Internetseiten finden Sie ausführliche Informationen rund um die Psoriasis und Psoriasis-Arthritis, z. B. Adressen von Patientenorganisationen und zahlreiche Serviceangebote zu Beratung, Bewegung, Erfahrungsaustausch oder Veranstaltungen:



Deutsche Rheuma-Liga Bundesverband e. V.

<https://www.rheuma-liga.de/>

rheuma-online

<https://www.rheuma-online.de/>

Deutscher Psoriasis Bund e. V.

<https://www.psoriasis-bund.de/>

Psoriasis-Netz

<https://www.psoriasis-netz.de/>

Regionale Psoriasisnetze in Deutschland (PsoNet)

<https://www.psonet.de/>

Gesundheitsinformation.de

<https://www.gesundheitsinformation.de/schuppenflechte-mit-gelenkentzuendung-psoriasis-arthritis.html>



Unterstützung bei der Suche nach einem Rheumatologen, Dermatologen (Hautarzt) oder Physiotherapeuten in Ihrer Nähe bieten Ihnen die folgenden Internetseiten:

<https://www.versorgungslandkarte.de/> <https://www.psonet.de/regionale-netze/>



Besuchen Sie uns direkt hier:

www.celltrion-patientenservice.de

Als Quelle für diese Broschüre dienten Informationen der folgenden Materialien:

[https://www.psychyrembel.de/Psoriasis-Arthritis%20\(PsA\)/L094P](https://www.psychyrembel.de/Psoriasis-Arthritis%20(PsA)/L094P) | <https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/013-001> | Geisslinger, Menzel, Gudermann, Hinz, Ruth. Mutschler Arzneimittelwirkungen, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft mbH, 11. Auflage 2020 | <https://www.enzyklopaedie-dermatologie.de/dermatologie/arthritis-psoriatische-2825> | <https://www.gesundheitsinformation.de/schuppenflechte-mit-gelenkentzuendung-psoriasis-arthritis.html#Folgen> | <https://www.rheuma-liga.de/rheuma/krankheitsbilder/psoriasis-arthritis> | <https://www.rheuma-online.de/a-z/p/psoriasisarthritis/> | <https://www.psychyrembel.de/DMARDs/K064D/doc/>

Kontaktinformation

Celltrion Healthcare Deutschland GmbH
Rathausplatz 12, 61348 Bad Homburg v. d. Höhe

Für weitere Informationen besuchen Sie gerne
www.celltrionhealthcare.de | www.celltrion-patientenservice.de