



Menschen mit Rheuma stehen während der Coronavirus-Pandemie vor besonderen Herausforderungen. Wir beantworten die wichtigsten Fragen.

Während der Coronavirus-Pandemie muss das Leben in vielen Bereichen eingeschränkt werden. Das Robert Koch-Institut bewertet die Gefahr für die Bevölkerung in Deutschland derzeit als sehr hoch. Viele Menschen, insbesondere Betroffene, die an einer **entzündlich-rheumatischen Krankheit** leiden, haben Angst, sich anzustecken und einen schweren Verlauf bei einer Erkrankung zu haben.

Die **Deutsche Rheuma-Liga** lässt Betroffene mit ihren Fragen nicht allein und beantwortet die wichtigsten Fragen zum Thema "Coronavirus und Rheuma".

Wer ist besonders gefährdet für einen schweren Verlauf?

Das Risiko für einen schweren Verlauf steigt für Menschen ab einem Alter von 50 bis 60 Jahren stetig an.

Personen mit bestimmten Vorerkrankungen, vor allem bei chronischen Erkrankungen des Herzens, der Lunge, der Niere, bei chronischen Lebererkrankungen, Diabetes, starkem Übergewicht, Trisomie 21 und Krebs: Bei Zusammentreffen von Grunderkrankungen und höherem Alter erhöht sich das Risiko weiter. Einige dieser Vorerkrankungen treten bei Rheumapatienten häufiger auf als im Bevölkerungsdurchschnitt. Sie dürfen daher nicht außer Acht gelassen werden.

Männer erkranken jedoch häufiger schwer und sterben laut einer Übersichtsarbeit doppelt so häufig wie Frauen.

Raucherinnen und Raucher

Die Erkenntnis, inwieweit Rheumapatienten ein erhöhtes Risiko für einen schweren Verlauf von COVID-19 haben, hat sich seit Beginn der Pandemie leicht gewandelt und kann noch nicht abschließend beantwortet werden.

Auf Basis allgemeiner Erfahrungen mit Infektionskrankheiten hat das Robert-Koch-Institut (RKI) seit Beginn der Pandemie darauf hingewiesen, dass Patienten mit geschwächtem Immunsystem (zum Beispiel durch Einnahme von **Medikamenten**, die die Immunabwehr schwächen, wie **Kortison**) generell erst einmal einem erhöhten Risiko für schwere Verläufe unterliegen. Zu dieser Gruppe zählen grundsätzlich auch Rheumapatienten, wenn sie mit Immunsuppressiva behandelt werden. Im Dezember 2020 hat das RKI aber eine gezielte Auswertung aktueller Studien zu COVID-19 vorgelegt und kommt zu dem Schluss, dass insgesamt das Risiko für einen schweren Verlauf für Patienten mit rheumatologischen Erkrankungen (ohne weitere Vorerkrankungen) nur moderat erhöht

zu sein scheint. Das bedeutet, dass für jüngere Menschen (< 60 Jahre) die Wahrscheinlichkeit aufgrund einer COVID-19-Erkrankung einen schweren Verlauf zu haben, auch bei Vorliegen von Grunderkrankungen, gering ist und deutlich niedriger ist als bei älteren Menschen.

Die Deutsche Gesellschaft für Rheumatologie weist darauf hin, dass die bisherigen Erkenntnisse aus Studien zu COVID-19 nahelegen, dass der Verlauf der COVID-19-Erkrankung bei Rheuma-Patienten in der Regel nicht schwerer zu sein scheint als bei der Allgemeinbevölkerung. Nur, wenn die Patienten Glukokortikoide („Kortison“) in einer Dosis von 5 Milligramm und mehr pro Tag einnehmen oder wenn die Erkrankung gerade besonders aktiv ist (u.a. weiter geschwollene Gelenke, erhöhte Entzündungszeichen im Blut), scheint das Corona-Risiko erhöht zu sein. Aufgrund der kurzen Beobachtungszeit dieser neuen Viruserkrankung sind die bisher verfügbaren Daten aber noch nicht so belastbar, wie es sonst bei Behandlungsempfehlungen üblich ist (Stand August 2020).

Weitere Informationen zu den Risikogruppen finden Sie im [Steckbrief zur Coronavirus-Krankheit auf der Internetseite des Robert-Koch-Instituts](#).

Welchen Stellenwert hat die Therapie entzündlicher Rheumaerkrankungen?

Bei Zeichen einer Infektion sollten Menschen mit erhöhtem Risiko frühzeitig telefonisch mit dem Hausarzt Kontakt aufnehmen, nicht direkt in die Praxis gehen. Sollte eine Infektion bei Betroffenen mit entzündlichen rheumatischen Erkrankungen festgestellt werden, nehmen Sie telefonisch Kontakt mit dem Rheumatologen auf, um zu besprechen, wie die Therapie verändert werden muss, etwa wenn eine Corona-Infektion mit absehbar schwerem Verlauf vorliegt.

Immunsuppressiva (zum Beispiel **Kortison**, Methotrexat, **Biologika**, JAK-Inhibitoren) sollten keinesfalls ohne Rücksprache mit dem behandelnden Arzt abgesetzt werden. Die **Deutsche Gesellschaft für Rheumatologie** **warn**t ausdrücklich vor dem eigenmächtigen Absetzen der Therapie. Eine aktive, unbehandelte entzündliche Rheumaerkrankung ist in der Regel gefährlicher für eine Ansteckung mit einer Viruserkrankung als ein mit immunsuppressiven Medikamenten gut eingestelltes entzündliches Rheuma. Würde nach dem Absetzen ein Schub erfolgen, könnte sogar eine Erhöhung der immunsuppressiven Therapie und insbesondere der **Kortisondosis** nötig werden, was das Immunsystem ungünstig beeinflusst.

Rheumapatienten, die über längere Zeit (zum Beispiel mehr als einen Monat) Kortison einnehmen, verlieren die Fähigkeit, auf eine Stress-Situation wie eine Infektion mit dem Coronavirus ausreichend zu antworten. Dies gilt insbesondere, wenn Fieber, eines der wichtigsten Symptome der Corona-Infektion, auftritt. Die Nebennierenrinde ist durch die lange Kortison-Therapie ruhiggestellt. Sie kann nicht ausreichend durch Produktion von Kortisol reagieren. Diese Patienten brauchen dringend den Rat ihres Rheumatologen oder den Rat eines Endokrinologen (Hormonspezialist). Auf keinen Fall darf das Kortison ohne Rücksprache abgesetzt werden!

Impfstoff gegen Corona: Empfehlungen für Rheuma- Betroffene

Sollen sich Rheuma-Betroffene gegen SARS-CoV-2 impfen lassen? Was ist bei der Basistherapie zu beachten?

[Mehr erfahren](#)

Welche Informationen sind für Menschen mit einer rheumatischen Erkrankung noch wichtig?

Laut der Deutschen Gesellschaft für Rheumatologie haben Rheumapatienten nach bisherigem Kenntnisstand kein erhöhtes Risiko, sich mit dem Coronavirus anzustecken.

Grundsätzlich ist für ältere Menschen und für Betroffene von Autoimmunerkrankungen ein umfassender **Impfschutz** von hoher Bedeutung, um beispielsweise das Risiko für Influenza- und Pneumokokken-Infektionen (Lungenentzündung) zu reduzieren.

Seit dem 1. Januar 2021 ist die aktualisierte Fassung der Heilmittel-Richtlinie in Kraft. Damit gilt auch: Zwischen Verordnung und Therapiebeginn dürfen nun 28 Tage liegen.

Die Corona-Sonderregeln für ärztlich verordnete Leistungen gelten nach einem Beschluss des Gemeinsamen Bundesausschusses bis zum 31. März 2021. Die Sonderregeln betreffen insbesondere die Möglichkeit der Videobehandlung, Verordnungen nach telefonischer Anamnese, verlängerte Vorlagefristen für Verordnungen sowie verschiedene Erleichterungen bei Verordnungsvorgaben.

Bis zum 31. März 2021 können sich Menschen bei leichten Atemwegsinfektionen zudem von ihrem Arzt am Telefon bis zu sieben Tage lang krankschreiben lassen. "Wenn wir in dieser ernstesten Situation eines nicht brauchen, sind es volle Wartezimmer," erklärt Prof. Josef Hecken, unparteiischer Vorsitzender des Gemeinsamen Bundesausschusses die Regelung.

Wie schütze ich mich und andere Menschen?

Menschenmengen vermeiden

Mindestens 1,5 Meter Abstand halten (auch im Freien)

Einen Mund-Nasen-Schutz tragen

Gründliches Hände waschen (20 bis 30 Sekunden)

Händeschütteln und Umarmungen unbedingt vermeiden

Möglichst wenig ins Gesicht fassen, da Mund, Nase und Auge mögliche Eintrittswege für das Virus darstellen.

Lautes Sprechen, Singen etc. mit anderen in geschlossenen Räumen vermeiden. In Innenräumen steigt hierdurch das Risiko einer Übertragung deutlich, auch über einen größeren Abstand als 1,5 m. Ggf. Mund-Nasen-Schutz tragen.

Räume gründlich lüften

Bei Anzeichen eines Infekts Abstand halten und möglichst zu Hause bleiben.

Beim Husten, Niesen oder Nase putzen mindestens zwei Meter Abstand von anderen Menschen halten und wegdrehen.

Ausführliche Hygienetipps gibt die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung [auf ihrer Internetseite](#).

Informieren Sie sich über die aktuelle Situation nur bei vertrauenswürdigen Quellen, zum Beispiel auf den Internetseiten der [Bundesregierung](#), des [Bundesgesundheitsministeriums](#), der [Bundeszentrale für](#)

gesundheitliche Aufklärung, des [Robert Koch-Instituts](#) oder auf dem Portal "[Patienten-Information.de](#)".

Das Coronavirus: Symptome und Übertragungswege

Das neue Virus heißt offiziell SARS-CoV-2. Die Erkrankung, die durch das Virus hervorgerufen wird, heißt COVID-19. Das Virus überträgt sich zum einen durch Tröpfcheninfektion: Tröpfchen, die beim Husten und Niesen entstehen, werden beim Gegenüber über die Schleimhäute der Nase, des Mundes und ggf. des Auges aufgenommen. Besonders kleine Tröpfchen bezeichnet man als Aerosole: Beim (insbesondere lauten) Sprechen, Lachen und Singen treten diese mikroskopisch kleinen, nicht sichtbaren Wassertröpfchen aus dem Mund aus und verbleiben in der Luft. Zum anderen ist auch eine Infektion durch direkten Kontakt nicht auszuschließen, wenn man kontaminierte Objekte wie benutzte Taschentücher berührt und sich dann ins Gesicht fasst. Eine Infektion kann zu Symptomen wie Beeinträchtigungen des Geruchs- und/oder des Geschmackssinns, Fieber, trockenem Husten, Halsschmerzen, Schnupfen und Abgeschlagenheit führen ([Steckbrief zur Coronavirus-Krankheit auf der Internetseite des Robert-Koch-Instituts](#)). Auch über Atemprobleme, Kopf- und Gliederschmerzen und Bauchschmerzen wurde berichtet. Einige Betroffene leiden an Übelkeit und Durchfall. Bei einem eher kleinen Teil der Patienten scheint das Virus mit einem schweren Verlauf einherzugehen und zu Organbeteiligungen (Lunge, Herz, Niere u.a.) zu führen.

Weitere Informationen zum Coronavirus finden Sie ebenfalls im [Steckbrief zur Coronavirus-Krankheit auf der Internetseite des Robert-Koch-Instituts](#).

Was sagt die Deutsche Rheuma-Liga?

Die Deutsche Rheuma-Liga hält Besonnenheit im Umgang mit der Verbreitung des Virus SARS-CoV-2 für wichtig und stellt Informationen für Betroffene bereit, die helfen sollen, das Geschehen und eine mögliche individuelle Gefahr einzuschätzen. Dabei orientiert sie sich an den Informationen der öffentlichen Stellen (Robert Koch-Institut, Bundesministerium für Gesundheit, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung).

Neben einer individuellen Gefährdung entsteht durch eine ungebremste Verbreitung des Virus vor allem die Gefahr, dass das Gesundheitssystem überlastet wird und die Versorgung der Kranken nicht in ausreichendem Maße erfolgt. Die Deutsche Rheuma-Liga unterstützt daher alle Maßnahmen, die darauf ausgerichtet sind, die Verbreitung des Virus zu begrenzen. Davon profitieren in besonderer Weise die Menschen, die ein Risiko für schwerere Verläufe der Erkrankung haben; dazu gehören auch viele Menschen mit entzündlich-rheumatischen Erkrankungen.

Fachliche Beratung: Prof. Dr. Stefan Schewe, niedergelassen in München und Ebersberg/Baldham

Dr. Jürgen Clausen, [Referat Forschung](#), Deutsche Rheuma-Liga Bundesverband

Stand: Januar 2021