

SWR2 Wissen

Autoimmunerkrankungen

Warum der Körper gegen sich selbst kämpft

Von Margrit Braszus

Sendung: Mittwoch, 19. September 2018, 08.30 Uhr

Redaktion: Sonja Striegl

Regie: Autorenproduktion

Produktion: SWR 2018

Immer mehr Menschen entwickeln eine sogenannte Autoimmunerkrankung. Dabei bekämpft die körpereigene Abwehr sich selbst und zerstört Zellen, Nerven, Gewebe und letztlich Organe.

SWR2 Wissen können Sie auch als Live-Stream hören im **SWR2 Webradio** unter www.SWR2.de, auf Mobilgeräten in der **SWR2 App**, oder als **Podcast** nachhören: <http://www1.swr.de/podcast/xml/swr2/wissen.xml>

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

Kennen Sie schon das Serviceangebot des Kulturradios SWR2?

Mit der kostenlosen SWR2 Kulturkarte können Sie zu ermäßigten Eintrittspreisen Veranstaltungen des SWR2 und seiner vielen Kulturpartner im Sendegebiet besuchen. Mit dem Infoheft SWR2 Kulturservice sind Sie stets über SWR2 und die zahlreichen Veranstaltungen im SWR2-Kulturpartner-Netz informiert. Jetzt anmelden unter 07221/300 200 oder swr2.de

Die neue SWR2 App für Android und iOS

Hören Sie das SWR2 Programm, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...
Kostenlos herunterladen: www.swr2.de/app

MANUSKRIFT

Klänge, darüber:

1. O-Ton - Niels Schneider, Sklerodermie-Patient Tübingen:

Dass es im Ernstfall auch tödlich ausgehen kann, war mir schon klar. Ich kann wieder positiv denken, ich kann mich mit Alltagsfragen beschäftigen, was vorher einfach nicht ging, das verdanke ich der Therapie, dem Immunreset. Und ich glaube, wenn ich diesen Schritt nicht gewagt hätte, würde ich heute nicht mehr leben.

Sprecher:

„Autoimmunerkrankungen - Warum der Körper gegen sich selbst kämpft“. Eine Sendung von Margrit Braszus.

Atmo: Anklopfen

2. O-Ton - Autoimmunsprechstunde Uniklinikum Mainz:

Prof. Schwarting: Herein. - Patientin: Hallo Herr Prof. Schwarting. - Prof. Schwarting: Hallo, angenehm. Bitte nehmen Sie Platz! - Patientin: Danke.- Prof. Schwarting: Wie geht es ihnen denn, Frau Redeker. - Patientin: Nicht so gut. - Prof. Schwarting, Erzählen sie mal. - Patientin: Also ich habe ganz starke Koliken, kein Medikament hilft, und es geht über 8, 9 Stunden, diese Koliken. (**blenden...**) (Prof. Schwarting: Ist das jetzt neu im Vergleich zu den Magen-Darm-Beschwerden die sie bisher hatten... **etc.** -), **darüber...**

Autorin:

Das Autoimmunzentrum der Universitätsklinik Mainz. Hier halten der Rheumatologe Prof. Andreas Schwarting sowie der Gastroenterologe Dr. Fareed Rahman ihre interdisziplinäre Sprechstunde ab. Patientin Britta Redeker ist gekommen, weil sie akute Magen-Darmbeschwerden hat. Die 55-Jährige schildert, wann ihre Schmerzen auftreten und wie stark sie sind.

3. O-Ton - Immunsprechstunde Unklinik Mainz:

Dr. Fareed Rahman: Darf ich fragen, ob es einen bestimmten Auslöser gibt für diese Koliken, etwas Besonderes, das sie essen, oder ein besonderes Ereignis, was diese Beschwerden hervorbringt. - Patientin: Nein, ich habe das aufgeschrieben was ich esse und habe festgestellt, dass es passiert, einfach aus heiterem Himmel. - Dr. Rahman: Gehen diese Koliken auch mit Durchfällen einher? - (blenden) (Patientin: Nein, das ist dann eher Verstopfung, also so, dass dann gar nichts mehr geht. - Dr. Rahman: Was ist denn bei ihnen in der Vergangenheit am Magen-Darm-Trakt schon alles untersucht worden? etc.), darüber:

Autorin:

Britta Redeker kommt regelmäßig in die interdisziplinäre Immunsprechstunde, denn sie leidet an verschiedenen Autoimmunerkrankungen. Betroffen sind ihre Schilddrüse, ihre Augen und ihre Haut. Medizinisch ausgedrückt heißen diese Autoimmunerkrankungen *Hashimoto*, *Morbus Basedow*, und *Sklerodermie*. Jeweils ist dabei das Immunsystem aus dem Ruder gelaufen, die Abwehr richtet sich gegen

den eigenen Körper, zerstört gesunde Zellen. Mit Sklerodermie, einer seltenen Bindegewebskrankheit, bei der sich die Haut verhärtet, hat es bei Britta Redeker vor 30 Jahren angefangen:

4. O-Ton - Sklerodermie-Patientin Britta Redeker:

Begonnen hat es mit einem weißen schmerzhaften Finger, der war kalt, hatte geschmerzt und wurde weiß. Es hat sich dann relativ schnell über alle Finger ausgebreitet und dann auch die Fußzehen.

Autorin:

Die Haut an ihren Händen wurde ledern und bretthart, bald krümmten sich die Finger nach innen. Medikamente wie Cortison konnten anfangs die Symptome etwas lindern, doch die Krankheit ließ sich nicht aufhalten. Immer wieder hatte Britta Redeker Schübe, wobei sich auch das Bindegewebe der inneren Organe zunehmend verhärtete - ihre Nieren, Speiseröhre, Darm und Herz sind betroffen.

5. O-Ton - Autoimmun-Patientin Britta Redeker:

Man denkt halt immer, es kommt noch immer was Neues dazu, wo hört das denn auf? Autoimmunerkrankungen sind so überlappend, übergreifend, es bleibt nicht bei einer, also zumindest bei mir nicht. Mir macht das große Angst, weil ich nicht weiß, was noch alles dann kommt.

Klänge, darüber:

Autorin:

Es ist bedrohlich, wenn sich der eigene Körper selbst bekämpft.

Atmo: weiter Klinikflur Autoimmunsprechstunde Uniklinik Mainz, darüber:

Autorin:

Für Patienten mit mehreren Autoimmunerkrankungen, wie Britta Redeker, bringt es Vorteile, wenn sie die interdisziplinäre Sprechstunde am Mainzer Immunzentrum nutzen, erklärt Prof. Schwarting, der das Zentrum leitet.

6. O-Ton - Andreas Schwarting, Autoimmunspezialist Uniklinik Mainz:

Stellen Sie sich vor, der Hausarzt hat jetzt einen Patienten mit diesen komplexen überlappenden Organbeteiligungen, dann wird er ihn erst zu dem *einen* Spezialisten schicken, der sagt, man macht dieses und jenes. Drei Monate später ist er bei einem *anderen* Spezialisten mit anderen Organbeteiligungen, und so weiter. Und am Schluss hat man drei unterschiedliche Therapievorstellungen, aber nichts, was tatsächlich ganzheitlich dem Patienten hilft.

Autorin:

Den Patienten *ganzheitlich* zu betrachten, ist oberstes Prinzip des Autoimmunzentrums. Ärzte aus unterschiedlichen medizinischen Bereichen sprechen zunächst gemeinsam mit dem Patienten. Anschließend besprechen Neurologen, Rheumatologen, Magen-Darmspezialisten, Radiologen und Dermatologen den Fall miteinander. Zusammen erstellen sie die Diagnose und überlegen dann, wie die

beste Therapie für den Patienten aussehen könnte. So wie beispielsweise bei Britta Redeker.

7. O-Ton - Autoimmunsprechstunde Dr. Rahman, Patientin:

Dr. Rahman: In jedem Fall sollten wir im Rahmen der jetzt aufgetretenen Beschwerden eine Darmspiegelung machen, eine Beteiligung des Darms an der Sklerodermie ist eher ungewöhnlich, nichtsdestotrotz... (und so weiter etc. - Professor Schwarting: ...die Medikation schreibe ich Ihnen auf, und dann würden wir sehen, dass wir zeitnah eine Darmspiegelung bekommen. (sie erheben sich von ihren Stühlen) - Patientin: Wiederschauen!)

Klänge, darüber:

Autorin:

Etwa achtzig bis einhundert unterschiedliche Autoimmunerkrankungen sind bekannt. Weit verbreitet sind *organspezifische* Autoimmunerkrankungen wie beispielsweise die Darmentzündung *Morbus Crohn*, das Augenleiden *Morbus Basedow*, die Schilddrüsenerkrankung *Hashimoto*, die Bauchspeicheldrüsenerkrankung *Diabetes-Typ-1*, sowie *systemische* Autoimmunerkrankungen wie die Nervenerkrankung *Multiple Sklerose*, kurz MS, *Rheumatoide Arthritis*, oder entzündliches Rheuma *Lupus*.

Kurz hoch Atmo: Klinkflur - Stimmen, Patienten - Autoimmunzentrum Mainz

Autorin:

Experten stellen fest, dass Autoimmunerkrankungen weltweit immer häufiger auftreten - vor allem in den Industrienationen. In Deutschland sind derzeit vier Millionen Menschen betroffen. Nach Angaben der „*Deutschen Autoimmun-Stiftung*“ sind die Krankheitsfälle in den vergangenen 20 Jahren enorm angestiegen. Was veranlasst das Immunsystem dazu, seine Abwehr statt gegen Eindringlinge wie Bakterien oder Viren gegen körpereigene Zellen zu richten?

8. O-Ton - Andreas Schwarting, Autoimmunzentrum Mainz:

Das ist sehr schwierig zu sagen. Denn die Ursachen für die Autoimmunerkrankungen sind ja vielfältig. Also erstmal gibt es natürlich nicht *einen* Erreger, sondern viele Auslöser, und viele kennt man noch gar nicht. Das Rauchen ist sicher ein auslösender Faktor, wir wissen, dass Negativ-Stress gerade bei Kollagenosen dazu führen kann, dass dadurch wieder ein Aufflammen der Erkrankung zutage tritt. Epstein-Barr-Virus wäre so ein klassisches Zeichen, ultraviolettes Licht, der Sonnenbrand, gerade für die Lupus -Patienten spielt er eine ganz ganz große Rolle. Die Entzündung ist sozusagen erst die gemeinsame Endstrecke, das, was im Organ passiert. Aber auf welchen Wegen das dann ausgelöst wurde zusammen mit der genetischen Ausstattung, das ist noch komplett unklar.

Autorin:

Oft ist die genetische Veranlagung ausschlaggebend. Familiäre Häufungen sind bei Rheuma, Morbus Crohn und Multiple Sklerose bekannt. Doch es muss nicht allein an den Genen liegen, wenn die körpereigene Abwehr entgleist. Es kann auch mit dem

Lebensstil zusammenhängen, davon gehen Experten inzwischen aus. Vor allem, wie man sich ernährt ist ausschlaggebend, da die Darmflora das Immunsystem maßgeblich beeinflusst.

Multiple Sklerose etwa kann auch durch Darmbakterien ausgelöst werden. Dies belegten Münchner Forscher 2017 in einer Studie, an der eineiige Zwillinge beteiligt waren - meist erkrankt nur ein Zwilling an MS. Auch zu viel Kochsalz könne möglicherweise Multiple Sklerose auslösen, vermuten Berliner Wissenschaftler. Bei einem Mäuseexperiment konnten sie nachweisen, dass sich bei erhöhtem Salzkonsum bestimmte Autoantikörpern drastisch vermehren. Diese Zellen greifen den eigenen Körper an und spielen bei der Entstehung von MS eine wichtige Rolle, so die Forscher. Salz als Hauptauslöser einer Autoimmunerkrankung? Der Mainzer Experte Prof. Andreas Schwarting beurteilt dies eher skeptisch.

9. O-Ton - Andreas Schwarting, Uni Mainz:

Ich halte das für im Moment noch nicht wissenschaftlich belegt an großen epidemiologischen Studien, zu sagen, dass es *ein* Faktor ist - wie Salz -, der eine Autoimmunerkrankung jetzt ausgelöst hätte. Aber für viele komplexe Autoimmunerkrankungen können Sie bisher zumindest nicht davon ausgehen, dass es nur *ein* Faktor ist, der das Ganze auslöst.

Autorin:

Immer mehr kommen Umweltfaktoren unter Verdacht, die Immunabwehr überzustrapazieren. Als Auslöser für eine gestörte Immunabwehr nennt das „*Berliner Institut für medizinische Diagnostik*“ auf seiner Homepage: allgemeine Industriegifte, Kunststoffe, Lösungsmittel, Schwermetalle. Menschen, die am Arbeitsplatz mit Silikonstaub oder Mineralöl in Berührung kommen, könnten dadurch Gelenkrheuma bekommen. Durch Zusätze in Kosmetika könnte systemischer Lupus mit Rötungen auftreten, Weichmacher in Plastik könnten die Schilddrüsenerkrankung Hashimoto auslösen. Auch Vitamin-D-Mangel durch zu wenig Sonneneinstrahlung kann das Risiko für eine Autoimmunerkrankung erhöhen, wie ebenso bestimmte Infekte:

10. O-Ton - Andreas Schwarting, Leiter des Autoimmunzentrums, Uni Mainz:

Wie das Epstein-Barr-Virus, wo man weiß, dass es das Immunsystem immer wieder stimuliert, und dann dazu führen kann, dass es plötzlich fehlgeleitet ist. Wir kennen das aus einem anderen Bereich, von der rheumatoiden Arthritis, die häufigste entzündliche rheumatische Systemerkrankung. Und hier ist es zum Beispiel ein Keim der Mundschleimhaut, ein Bakterium, welches ein Enzym produzieren kann, welches körpereigene Eiweiße verändert, und plötzlich wird das körpereigene Eiweiß als fremd erkannt. Und so entwickeln sich oftmals über Jahre oder Jahrzehnte, bevor die Erkrankung zum Ausbruch kommt, schon die ersten Autoantikörper, also Antikörper, die gegen sich selbst gerichtet sind.

Autorin:

Auch die Krebsbekämpfung kann das Abwehrsystem dazu bringen, plötzlich außer Kontrolle zu geraten, fanden amerikanische Forscher heraus. Sie entdeckten im Blut von Sklerodermie-Patienten, die zudem einen Tumor hatten, Autoantikörper. Diese hatte der Körper *aus Versehen* entwickelt. Das lag daran, dass die *Tumorzellen* und die Zellen eines wichtigen körpereigenen Proteins sich in ihrer Struktur ähnelten. Das

Immunsystem hatte sie verwechselt, dadurch bekämpfte das Abwehrsystem fortan auch gesunde Zellen. Für Autoimmunspezialist Andreas Schwarting ist es offenkundig, dass sich beides - Krebs und Autoimmunerkrankung - gegenseitig bedingen kann:

11. O-Ton - Andreas Schwarting, Uni Mainz:

Also, man möchte den Krebs therapieren, und als zweite Erkrankung taucht dann eine Autoimmunerkrankung auf.

Autorin:

Experten am Heidelberger Krebsforschungszentrum konnten nachweisen, dass Autoimmunleiden und Krebs zusammenhängen können: In einer Studie fanden sie heraus, dass Kinder mit der Autoimmunerkrankung Diabetes-Typ-1 ein über 30-fach erhöhtes Risiko hatten, an Leukämie zu erkranken. Die Forscher erklärten dies damit, dass beim Blutkrebs Leukämie exakt die gleichen weißen Blutzellen des Immunsystems betroffen sind, die bei Diabetes-Typ-1 die Bauchspeicheldrüse angreifen.

Es kommt aber auch vor, dass Wirkstoffe, die eine bereits bestehende Autoimmunerkrankung bekämpfen, eine weitere Autoimmunerkrankung auslösen.

12. O-Ton - Andreas Schwarting, Uni Mainz:

Gerade in der Behandlung der rheumatoiden Arthritis haben wir die sogenannten Biologika oder TNF-Alpha-Blocker, die zu einer sagenhaften Verbesserung der Lebensqualität der Patienten geführt haben. Auf der anderen Seite kann es sein, dass unter dieser Therapie auch Autoantikörper entstehen, die wiederum zu einem sogenannten Lupus-ähnlichen Krankheitsbild führen kann. Das heißt also, wir haben ein so vielschichtiges Problem bei den Autoimmunerkrankungen, dass selbst Medikamente dann wieder eine andere Autoimmunerkrankung auslösen können.

Atmo: Krankenhaus, Uniklinik Tübingen, Stimmen, Geräte, Krankenbetten

Autorin:

Die meisten Autoimmunerkrankungen treten in Schüben auf, immer wieder kommt es zu Entzündungen. Die Erkrankungen verlaufen chronisch und sind unheilbar. Viele lassen sich mittlerweile aber gut behandeln: Kortison bremst die typischen Entzündungsprozesse, Schmerzmittel mit anti-rheumatischen und entzündungshemmenden Wirkstoffen lindern weitgehend Beschwerden oder Schmerzen. Bei manchen Autoimmunerkrankungen scheint es jedoch nichts zu geben, was hilft. Prof. Jörg Henes, Leiter der Rheumatologie am Uniklinikum Tübingen, nennt die Verhärtung des Bindegewebes, die Sklerodermie:

13. O-Ton - Jens Henes, Rheumatologe, Uniklinik Tübingen:

Die Sklerodermie gehört leider zu den seltenen Autoimmunerkrankungen, dementsprechend haben wir sehr wenig, was wir medikamentös, insbesondere mit Studien erprobt, zur Verfügung haben. Auf der anderen Seite ist es häufig ein schleichender Prozess, es ist nicht ganz so akut entzündlich, sondern häufig ein schleichender Prozess, dementsprechend schwieriger ist es, mit klassischen

immunsuppressiven Therapien vorzugehen. Nichtsdestotrotz muss man diese Patienten immunsuppressiv behandeln, man muss möglichst frühzeitig eine Diagnose stellen und frühzeitig eine immunsuppressive Therapie einleiten, bevor wirklich schwere Organschäden entstehen.

Atmo: Uniklinik Tübingen, darüber:

14. O-Ton - Sklerodermiepatient Niels Schneider, 43 Jahre, Informatiker:

Ich hatte eine Grippe gehabt, ganz normal, mit hohem Fieber und war abgemeldet. Nach drei Tagen bin ich aufgewacht und wusste, es stimmt was nicht. Ich konnte von jetzt auf gleich keine Kniebeugen mehr, konnte die Knie nicht mehr knicken, ich war total schlapp, hatte beim Gehen das Gefühl, als wenn man in nassen Turnschuhen läuft, und hatte zwei dicke Finger.

Atmo: weiter...

Autorin:

Der 43-jährige Niels Schneider ist zur medizinischen Kontrolle in die Uniklinik Tübingen gekommen. Alle vier Monate ist sie fällig. Was bei dem Informatiker vor elf Jahren mit einer scheinbar harmlosen Grippe begann, entwickelte sich zu einer schnell voranschreitenden Form der Sklerodermie.

15. O-Ton - Sklerodermiepatient Niels Schneider, 43 Jahre, Informatiker:

Und dann ist es auch erst einmal konventionell behandelt worden mit Medikamenten. Und 2010 hat die ganze Krankheit noch mal richtig Fahrt aufgenommen, da habe ich in einem halben Jahr etwa sechzig Prozent meiner Beweglichkeit verloren, es wurde zunächst mit Medikamenten behandelt. 2010 hat sich die Krankheit sehr verschlimmert. Da Speiseröhre, Zunge und Gesicht absolut betroffen sind, war halt sprechen schwierig.

Autorin:

Auch essen beziehungsweise schlucken konnte er kaum noch. Niels Schneider magerte ab. Sein Bindegewebe wurde immer härter und schnürte ihn wie in ein Korsett ein. Sein Oberkörper wurde dadurch nach vorne gekrümmt, er konnte sich nicht mehr aufrichten, nicht mehr stehen, nicht liegen, nicht laufen - am Ende blieb der Rollstuhl. Da Medikamente nicht mehr helfen konnten, verschlechterte sich sein Zustand lebensbedrohlich. Niels Schneider beschloss, in der Rheumaabteilung des Universitätsklinikums Tübingen ein sogenanntes *Immunreset* durchführen zu lassen.

16. O-Ton - Jörg Henes, Rheumatologe, Uniklinik Tübingen:

Bei diesem Immunreset, kann man vergleichend mit einem Runterfahren am PC die Abläufe erklären, aber es geht etwas schwieriger, und für den Patienten gefährlicher, als nur eine Taste zu drücken.

Autorin:

Rheumatologe Prof. Jörg Henes behandelt deutschlandweit die meisten Patienten mit der Immunreset-Therapie:

17. O-Ton - Prof. Jörg Henes, Rheumatologe, Uniklinik Tübingen:

Wir brauchen quasi ein Backup, ein Sicherheitspaket für den Patienten, und das bekommt man, indem man eine Mobilisierungs-Therapie macht mit einer zweitägigen Chemotherapie, um das Knochenmark anzuregen, mehr Vorläuferzellen, mehr Stammzellen zu bilden. Und dann kann man die zehn Tage nach der Mobilisierungs-Therapie „absammeln“. Das Gerät sieht ähnlich aus wie ein Dialysegerät, man filtert die Zellen, die wir haben wollen ab, so dass wir nur positive Stammzellen haben, die noch nicht entschieden haben, in welche Richtung der Blutzellen sie sich entwickeln wollen.

Atmo: Geräte, die Blut auswaschen, darüber:

Autorin:

Bei Niels Schneider wurden die herausgefilterten Stammzellen zunächst eingefroren. Anschließend erfolgte der eigentliche „Reset“: Fünf Tage lang wurde bei ihm eine hochdosierte Chemotherapie durchgeführt, mit einer Mischung aus Zellteilungshemmern und Antikörpern. Am letzten Tag wurden die eingefrorenen Stammzellen wieder aufgetaut und in sein Knochenmark zurückgegeben. Mit dem Ziel, dass sie sich dort wieder teilen und ein neues Blutsystem, und damit auch ein neues Immunsystem aufbauen.

18. O-Ton - Jörg Henes, Rheumatologe, Uniklinik Tübingen:

Im Endeffekt erhoffen wir durch diese Therapie, möglichst alles an immunologischem Gedächtnis zu zerstören, um dann eben diese Autoimmunerkrankung wirklich unterbinden zu können. Letztlich muss man zugeben, dass wir nicht jede Nische erreichen durch diese Therapie, man könnte vielleicht noch aggressiver therapieren, würde vielleicht noch größere Erfolge erzielen. Aber zum jetzigen Zeitpunkt ist es das effektivste, was wir bei Autoimmunerkrankungen ganz generell anbieten können.

Autorin:

Indem der starke Chemococktail Zellen zerstört, vor allem krankmachende Gedächtniszellen, kann Heilung einsetzen, davon gehen Immunologen aus. Wissenschaftler des Berliner Rheuma-Forschungszentrums fanden heraus, dass falsch programmierte Gedächtniszellen schuld sind, wenn die körpereigene Abwehr verrücktspielt: Sie produzieren permanent Autoantikörper, was zur Autoimmunerkrankung führt. Das „Immunreset“, die Stammzellentransplantation, ist demnach Löschtaaste und Neustart für das Immunsystem in einem.

19. O-Ton - Jörg Henes, Rheumatologe, Uniklinik Tübingen:

Man kann es nicht nur bei der systemischen Sklerose machen, man kann es auch bei der Multiplen Sklerose machen, bei anderen Autoimmunerkrankungen. Aber man muss immer gegeneinander abwägen, wie hoch die Gefahr ist, durch die Erkrankung Schaden zu nehmen oder zu versterben, und dagegen abwägen, wie hoch ist das Risiko durch die Transplantation, durch dieses Reset-Verfahren.

Autorin:

Manche Patienten sterben nach der Stammzellentherapie. Je weiter fortgeschritten die Autoimmunerkrankung ist, desto risikoreicher ist die Therapie. Doch überwiegend verläuft sie erfolgreich, vor allem bei Multiple Sklerose-Kranken in den USA. Bei

tausenden MS-Patienten wurde in einer Klinik in Chicago Immunreset durchgeführt. Mehr als drei Viertel der Patienten blieben in den ersten vier Jahren danach ohne Rückfall, die meisten konnten wieder besser gehen und flüssiger sprechen - ergab eine Studie, die 2015 im amerikanischen Fachmagazin „*Journal of the American Medical Association*“ veröffentlicht wurde. Kein MS-Medikament sei derart durchschlagend, berichten Wissenschaftler.

20. O-Ton - Jörg Henes, Rheumatologe, Uniklinik Mainz:

Auch bei der Multiplen Sklerose ist diese Therapie sehr effektiv, und wir können sie durchaus anwenden, und es gibt mittlerweile auch gute Daten, die belegt haben, dass die Erkrankung zurückgedrängt werden kann durch so ein Immunreset.

Autorin:

Während die Stammzellen-Therapie bei Multipler Sklerose in Amerika inzwischen vor dem Durchbruch steht, ist sie in Deutschland bis jetzt nur in Härtefällen zulässig, wenn nachweislich kein Medikament mehr hilft.

Atmo: Klinik Tübingen kurz hoch

Autorin:

Niels Schneider hat die vierteljährliche Kontrolle in der Klinik hinter sich. Für den Sklerodermie-Patient war die Stammzellentherapie vor fünf Jahren der letzte Strohhalm gewesen:

21.a) O-Ton - Niels Schneider, Sklerodermie-Patient, Tübingen:

Ich würde es jetzt freiwillig nicht noch mal machen, aber dafür, dass ich so etwas hinter mich gebracht habe, war ich nach fünf Wochen wieder zu Hause, dafür ist es echt gut gelaufen. Es ist besser, ich meine, es ist gestoppt, und ich lebe heute fast ein selbstbestimmtes Leben.

Autorin:

Jetzt ist alles in Ordnung, haben die Ärzte ihm bescheinigt, Niels Schneider kann nach Hause gehen. Sprichwörtlich ist er nun wieder auf den Beinen, er hat keinen Rollstuhl mehr nötig.

21.b) O-Ton - Niels Schneider, Sklerodermie-Patient, Tübingen:

Ich bin vorher darüber aufgeklärt worden, dass es keine Garantie gibt, dass die Krankheit nicht wiederkommt. Aber im Moment habe ich keinen Grund, das zu glauben. Und ich glaube, wenn ich diesen Schritt nicht gewagt hätte, würde ich heute nicht mehr leben.

22. O-Ton - Jörg Henes, Rheumatologe, Uniklinik Mainz:

Als primäres Ziel von dieser Therapie erwarten wir, dass die Patienten langfristig überleben. Und wenn die Patienten fünf, zehn, 15 oder 20 Jahre nach der Transplantation, nach dem Immunreset leben, dann ist es der größte Erfolg, den wir haben. Man sieht auch im weiteren Verlauf bei Patienten eine deutliche Verbesserung der Lungenfunktion, häufig frühzeitig eine Verbesserung der Hautverdickung. Das sind Dinge, wo man halbjährlich, jährlich nach dem Immunreset

Erfolge messen kann. Aber es geht vor allem darum, dass die Patienten langfristig überleben und das mit einer guten Lebensqualität.

Atmo: Keidelbad, Wassertherapie Ingrid Daum, MS-Patientin

Atmo: Stimmen, Patientin und Therapeut (Wasser drunter!)

Autorin:

Wassertherapie im Freiburger Keidel-Mineralthermalbad. Unter den Anleitungen von Therapeut Andreas Frech macht Ingrid Daum gezielt Übungen. Ihr elektrischer Rollstuhl steht am Beckenrand. Die 65-Jährige ist an Multipler Sklerose erkrankt, die Krankheit ist so weit fortgeschritten, dass sie seit Jahren nicht mehr laufen kann. Im Wasser fühlt sie sich mobil und beschwerdefrei:

23. O-Ton - MS-Patientin Ingrid Daum:

Das Gefühl ist schwerelos, ich habe das Gefühl, ich schwebe über diesem warmen Wasser, mein Körper fühlt sich sehr leicht an und viel beweglicher als an Land. Für mich ist das ganz wichtig, weil hier im Wasser machen wir ganz verschiedene Sachen, eben auch viel für meinen eingeschränkten Arm, für die Beine und gerade im Wasser da habe ich das Gefühl, ich kann ja auch laufen, und das Gefühl einfach zu stehen, ohne umzufallen, ohne Hilfsmittel in der Nähe zu haben, ist grandios.

Autorin:

Vor 25 Jahren ist Ingrid Daum an Multiple Sklerose erkrankt. Wie bei vielen MS-Patienten war bei ihr vor allem *eine* Körperhälfte betroffen. Mit ihrem linken Bein blieb sie oft hängen und stürzte. Ihr Gesundheitszustand verschlechterte sich zunehmend. Ingrid Daum war vierzig Jahre alt als die Krankheit ausbrach, und lebte zu dieser Zeit als Fremdenführerin im Ausland. Sie musste ihre Zelte dort abbrechen und ihr Leben komplett umkrempeln. Erst zehn Jahre nach den ersten Symptomen wurde die Diagnose gestellt.

24. O-Ton - MS-Patientin Ingrid Daum:

Ich hatte auch Depressionen bis kurz vor der Diagnose. Ich hatte gar nichts mehr, ich hatte meine Arbeit verloren, wusste nicht wie es weitergeht, ich wusste nicht, wie man eine Erwerbsminderungsrente beantragt. Natürlich will man so normal wie möglich leben, und wenn es dann nicht geht, dann kommen auch die Ängste. Natürlich habe ich keine Arbeit gefunden, das war für mich ganz ernüchternd, und durch die Depression war ich dann auch in der Klinik. Dann war plötzlich die Diagnose da: MS, es gab nur zwei Buchstaben. Für mich war es das Gefühl, jetzt kann ich endlich was machen, jetzt weiß ich, was ich habe.

Autorin:

Welche Prozesse bei Multipler Sklerose ablaufen, ist heute weitgehend erforscht. Sogenannte T-Lymphozyten, kurz T-Zellen, die zusammen mit B-Lymphozyten für die Immunabwehr zuständig sind, verändern sich. Weiße Blutkörperchen können die Blut-Hirn-Schranke des Gehirns überwinden und die Nervenzellen angreifen. Dies führt zu Entzündungen, wodurch vor allem die schützende Hülle der Nervenzellen

beschädigt wird. Es kommt zu neurologischen Ausfällen wie Sehstörungen, Schwindel, und zeitweise auch Lähmungen.

25. O-Ton - Ingrid Daum, MS-Patientin:

Ich bin halt Rollstuhlfahrer geworden, fühle mich in diesem Rollstuhl sehr wohl, kann durch den Rollstuhl am Leben teilnehmen. man kommt natürlich immer wieder an Hürden, Treppen ist eine „beliebte Sache“, auch Türen, die man nicht selbstständig öffnen kann und so weiter aber das sind kleine Probleme.

Autorin:

Oft ist Multiple Sklerose erblich bedingt, auch im Fall von Ingrid Daum - ihre Großmutter war daran erkrankt. Nach wie vor ist MS unheilbar, gilt aber als gut behandelbar. Inzwischen gibt es mehrere hoch wirksame Medikamente, sogenannte *monoklonale Antikörper*, die verhindern, dass schädliche Zellen die Blut-Hirn-Schranke überwinden. Ein solches Medikament hilft auch Ingrid Daum, ihre Krankheit in Schach zu halten.

26. O-Ton - Ingrid Daum, MS-Patientin:

Es gibt seit ein paar Jahren ein Medikament, Fampyra heißt es, das hilft so ein bisschen, die Nervenbahnen zu überspringen, also diese fehlende Hülle zu ersetzen, und ich habe das Gefühl, es erleichtert mir ein bisschen die Bewegung, aber es heißt nicht, dass sie flüssig wird. Diese Illusion muss man sich nehmen, gerade bei den Verläufen, die eben chronisch-progredient sind.

Autorin:

Chronisch-progredient bedeutet, dass der Krankheitsverlauf sich verlangsamt, Schübe seltener werden oder ganz ausbleiben, wobei sich die körperliche Verfassung aber weiter verschlechtert.

Für behandelnde Neurologen zählen oft vor allem die Lebensjahre ihrer Patienten. Für MS-Patientin Ingrid Daum kommt es in erster Linie jedoch darauf an, dass sie ihr Leben möglichst eigenständig und positiv gestalten kann. Seit ihrem Klinikaufenthalt hat die 63-Jährige damit begonnen, zu malen, zu singen und Kontakte zu knüpfen.

27. O-Ton - Ingrid Daum, MS-Patientin:

Habe meine Lebensfreude wiederentdeckt, die ich eigentlich immer hatte. Ich habe meine kulturellen Interessen wiederentdeckt, besuche ganz viel Theaterveranstaltungen, Theaterauftritte. Selbst als Rollstuhlfahrerin guck mir ganz fröhlich an, wie andere Menschen tanzen. Macht mir viel Spaß und ich habe wiederentdeckt, dass die Kleinigkeiten im Leben ganz wichtig sind, also ich mache viele Sachen, die mir einfach Freude machen. Das Leben geht weiter und habe meine Fröhlichkeit entdeckt, und ich glaube auch, ein bisschen Humor hilft mir weiter, ich habe gelernt, auch mit meinem Körper positiv umzugehen.

Autorin:

Autoimmunerkrankungen brechen häufig in besonders ereignisreichen Phasen des Lebens aus, zwischen 20 und 50 Jahren. Ausgerechnet, wenn Patienten gerade viel um die Ohren haben, beruflich oder privat stark gefordert sind, treten bei vielen die

ersten Schübe auf. Bei der Schilddrüsenerkrankung Hashimoto (Thyreoiditis) beispielsweise spielt Stress eine große Rolle. Deshalb ist es wichtig, negative Belastung möglichst zu vermeiden oder abzubauen, weiß Hashimoto-Experte Joachim Feldkamp vom Uniklinikum Bielefeld:

28. O-Ton - Joachim Feldkamp, Hashimoto-Experte, Uniklinik Bielefeld:

Das bedeutet: der Patient kann selbst auch eine ganze Menge machen, indem man versucht möglichst stressfrei zu leben, sich nicht zu viel äußeren Drücken hinzugeben, sein Leben vielleicht etwas strukturierter zu planen. Viele Patienten und Patientinnen haben Schlafstörungen, da ist es wichtig, eine gewisse Schlafhygiene zu haben, dass man bestimmte Rituale einhält, z. B. abends nicht zu lange im hellen Licht sitzt. Eine andere Sache ist, dass Entspannungstechniken häufig helfen können, das kann Yoga sein, das können Meditationstechniken sein.

Autorin:

Auch Rheumatologe und Autoimmunexperte Prof. Andreas Schwarting aus Mainz beobachtet, dass vor allem *negativer Stress* ein deutlicher Einflussfaktor für Schübe ist.

29. O-Ton - Andreas Schwarting, Uni Mainz:

Wir haben eine Reihe von Lupus-Patienten, die klassische Autoimmunerkrankung, die vor allem junge Frauen befallen kann. Und das erfahren wir immer wieder, ich sage mal vor dem Abitur, der Stress in der Oberstufe nimmt zu, vor Prüfungen, dass da dann tatsächlich auch die Schübe wieder auftreten, ausgelöst durch diesen Negativ-Stress. Das heißt, das ist die neuro-bio-psycho-Immunologie, dass das Zusammenwirken zwischen seelischen und körperlichen Faktoren, die tatsächlich eine entscheidende Rolle dafür spielen können, *ob* die Erkrankung, und *wie* die Erkrankung tatsächlich stabilisiert werden kann.

Atmo: Lauftraining, Ausdauertraining im Klinikum

Autorin:

Da viel oder weniger Stress den Krankheitsverlauf von Autoimmunerkrankungen maßgeblich beeinflussen kann, bietet das Mainzer Autoimmunzentrum am Uniklinikum Patienten und Patientinnen ein einfaches Programm an, um Stress abzubauen. Dabei geht es darum, Ausdauer zu fördern. Denn langanhaltendes leichtes Lauftraining beispielsweise helfe, die Immunabwehr zu stärken, das Krankheitsbild stabilisiere sich, die Patienten seien weniger schnell erschöpft und weniger depressiv, belegen Studien.

Atmo: Therapeut und Ingrid Daum trainieren mit dem Lokomat, Therapeut erklärt das Gerät...darüber:

Autorin:

Auch in einer Freiburger Reha-Einrichtung nutzt Ingrid Daum die Möglichkeit, mit einem Laufgerät für Gelähmte, dem sogenannten „Lokomat“, zu trainieren.

Atmo: Laufgeräusche mit dem Lokomat

30. O-Ton - Ingrid Daum, MS-Patientin:

Und jetzt läuft mich das Gerät sozusagen, das ist ein tolles Gefühl. Aber ich kann auch selbst ein bisschen mitlaufen, und was erstaunlich ist, die Fußheberschwäche wird ja immer ausgeglichen bei dem linken Bein, da wo ich normalerweise fallen würde. Das ist für mein Gehirn auch ganz verrückt, wenn ich das sehe, es ist so unwirklich. Allein dieses Gefühl dem Körper wieder zu geben, wie Bewegung eigentlich funktioniert, finde ich großartig.

Atmo: Patientin Daum und Therapeut Frech / kurz stehen lassen, darüber:

Autorin:

Das Lauftraining ist für Ingrid Daum absolut hilfreich, sagt Therapeut Andreas Frech.

31. O-Ton - Therapeut Andreas Frech (über Atmo laufen):

Es ist leichtes Joggen, das ist eine Form von Sport, definitiv, was den Kreislauf eben reguliert, weiterbringt, fördert. Muskulatur, Sehnen, Bänder, die letztendlich einfach mal durchbewegt werden. Für jemanden, der längere Zeit nicht mehr gehen konnte und auf alles andere angewiesen war, denke ich, dass es wahnsinnig viele Glücksgefühle auslöst, und das ist, glaube ich, ein ganz wichtiger Effekt.

32. O-Ton - Ingrid Daum, MS-Patientin:

Ich glaube auch, dass wir Betroffene nicht vergessen dürfen, dass wir selbst viel tun müssen. Gelernt habe ich, dass ich die Verantwortung für mein Leben übernehmen muss, und das auch gerne tue, und dass ich eigentlich ganz viel Einfluss auf den Verlauf der Krankheit habe, weil ich in diesem Zustand, indem ich bin, kann ich nur den Blickwinkel auf die Dinge ändern. Und das habe ich getan, und das ist gut, und das heißt, mein Körper braucht ganz viel Zuneigung, das heißt, ich denke positiv und versuche, den Blickwinkel zu richten auf das, was ich alles kann und nicht auf das, was ich nicht mehr kann.

Klänge

* * * * *