



R h e u m a t i s c h e E r k r a n k u n g e n

Berufstätig **trotz Rheuma**

Informationen für Arbeitgeber, Führungskräfte und Personalchefs

Deutsche | **RHEUMA-LIGA**
Bundesverband e.V.



INFORMATIONEN FÜR ARBEITGEBER, FÜHRUNGSKRÄFTE UND PERSONALCHEFS

Rheuma ist keine Krankheit, an der man erst im Rentenalter erkrankt. Im Gegenteil: Gerade die entzündlichen Gelenkerkrankungen treten meist im jüngeren oder mittleren Alter auf – also zu Anfang der beruflichen Entwicklung oder mitten im Erwerbsleben. Selbst Kinder und Jugendliche können auf Dauer an einem rheumatischen Leiden erkranken. Schmerzen, steife Gelenke und zerstörerische Entzündungen gehören zum Krankheitsbild.

Dennoch bleibt ein großer Teil der an Rheuma erkrankten Menschen trotz der Beeinträchtigungen im Beruf aktiv. Oft wissen Kollegen oder Arbeitgeber gar nichts von der Krankheit der Mitarbeiterin oder des Mitarbeiters. Denn der beißt buchstäblich die Zähne zusammen und gibt sein Bestes. Er versteckt sein Leid, fürchtet lästige Fragen oder gar den Verlust des Arbeitsplatzes.

Sich beruflichen Herausforderungen zu stellen ist chronisch Rheumakranken sehr wichtig. Mit dieser Publikation wollen wir daher darüber informieren, was Rheuma ist. Wir wollen Verständnis wecken für rheumakranke Arbeitnehmer und aufzeigen, wie diese im beruflichen Alltag unterstützt werden können und welche staatlichen Fördermöglichkeiten es gibt, um schwerst-chronisch erkrankte oder behinderte Mitarbeiter zu beschäftigen.

Wir danken allen Unternehmern und Personalchefs, die Praktikums-, Ausbildungs- oder Arbeitsplätze für rheumakranke Bewerber bereit halten und diesen so die Chance zum beruflichen Einstieg und zur dauerhaften Erwerbstätigkeit geben.

Rheuma – was ist das?

»Rheuma« als eigenständige Krankheit gibt es nicht. Unter diesem Begriff versteht man alle Erkrankungen, die mit dauerhaften Einschränkungen und Schmerzen am Bewegungsapparat verbunden sind. In Deutschland leiden mehr als vier Millionen Menschen an »Rheuma«, darunter Kleinkinder und junge Erwachsene genauso wie ältere Menschen.

Die häufigste rheumatische Gelenkerkrankung ist Arthrose. Bis zu zehn Prozent der Erwachsenen sind davon betroffen. Bei Arthrosen handelt es sich nicht nur um einen altersbedingten Gelenkverschleiß, hier wird auch aktiv Knorpelgewebe abgebaut. Ausgelöst wird dies durch eine dauerhafte Über- oder Fehlbelastung der Gelenke (z. B. durch Beruf, Gelenkfehlstellungen, Übergewicht) oder durch Verletzungen. Eine ursächliche Rolle spielen zudem die Gene. Meist sind nur ein oder wenige Gelenke betroffen. Wirksam sind neben Medikamenten vor allem Physiotherapien. Im fortgeschrittenen Stadium kann es sinnvoll sein, die erkrankten Gelenke durch Endoprothesen zu ersetzen. Diese künstlichen Gelenke sind heute sehr lange haltbar und gut belastbar.

An entzündlich-rheumatischen Erkrankungen leidet etwa ein Prozent der Bevölkerung – der Krankheitsverlauf ist mitunter schwer. Ursache für diese Erkrankungen ist eine Autoimmunstörung. Das heißt, das Abwehrsystem, das eigentlich »Feinde« wie Bakterien oder entartete Zellen bekämpfen soll, greift auch körpereigenes Gewebe an: Knochen und Knorpel, Binde-



gewebe oder Blutgefäße. Warum das Immunsystem entgleist, ist unbekannt. Deshalb sind entzündlich-rheumatische Erkrankungen noch nicht heilbar. Mit modernen Medikamenten lassen sie sich aber meist in den Griff bekommen oder können sogar zum Stillstand gebracht werden.

Während die entzündlichen Rheumaerkrankungen zum Glück nicht zunehmen, trifft man immer häufiger auf das Krankheitsbild der Fibromyalgie. Bei dieser Erkrankung des Bewegungsapparates ist vermutlich das körpereigene Schmerzregulierungs-System gestört. Daher stehen hier die Schmerzen im Vordergrund. Gelenke und Körpergewebe werden nicht angegriffen. Neben Medikamenten lassen sich vor allem mit Schmerzbewältigungstraining und Entspannungsverfahren die Schmerzen lindern.

Rheumakranke Menschen gibt es in allen Arbeitsbereichen

Rheumatische Erkrankungen sind weit verbreitet. Deshalb trifft man auch in allen Arbeitsbereichen auf Rheumatiker: im Handwerk, in der Industrie, in der Verwaltung, in der Forschung. Die Kollegen wissen meist nichts davon, dass man »Rheuma« hat. Je nach Form der Erkrankung ist der eine oder andere Beruf eher geeignet. Betroffene, die an Muskel- oder Gelenkerkrankungen leiden, müssen naturgemäß Berufe mit schwerer körperlicher Belastung meiden. Dennoch gilt, dass die meisten Berufe durchaus für Rheumatiker geeignet sind, wobei natürlich wie bei allen Menschen die jeweiligen persönlichen Fähigkeiten und Interessen eine Rolle spielen.

Mit Rheuma lässt sich leben

Entgegen landläufiger Vorurteile ist Rheuma keine »Alte-Leute-Krankheit«. Mit Rheuma kann man aber durchaus alt werden. Viele rheumatische Erkrankungen verlaufen so, dass die Betroffenen bis zum Rentenalter erwerbstätig bleiben können. Besonders »gefürchtet« sind allerdings entzündlich-rheumatische Erkrankungen, die zwar sehr selten sind, in schweren Verläufen aber Gelenke, Knochen, Knorpel und Bindegewebe zerstören. Dank der verbesserten

medizinischen Versorgung sind solche aggressiven Verläufe heute deutlich seltener geworden. Zudem verschlimmern sich auch diese entzündlich-rheumatischen Erkrankungen nicht bei jedem und nicht zwangsläufig. Und: Sie können in jedem Stadium zum Stillstand kommen.

Rheumatiker haben einiges zu bieten

Die Erfahrung zeigt, dass Rheumatiker in der Regel sehr motiviert sind: Sie suchen ihre Chance auf dem Arbeitsmarkt, auf dem sie durch die »gesunde« Konkurrenz oft benachteiligt sind. Und sie wollen ihre Chance nutzen. Deshalb tun Rheumatiker viel für ihren Job oder ihre Ausbildung, denn sie wollen es auf jeden Fall »schaffen«. Schließlich dienen ihnen eine Ausbildung und ein passender Arbeitsplatz nicht nur zum Lebensunterhalt. Die Arbeit ist immer auch Lebensinhalt, Selbstbestätigung und ein wichtiger Teil der Selbstverwirklichung. Mit 30 Jahren ins Rentnerleben einzusteigen, das können sich die wenigsten vorstellen.

Schwerbehinderungen sind selten

Zwar können durch eine rheumatische Erkrankung dauerhafte körperliche Einschränkungen verursacht werden. Die meisten Rheumatiker kommen damit aber in Alltag und Beruf zurecht. Zudem lassen sich manche körperliche Einschränkungen auffangen z. B. durch einen ergonomisch gestalteten Arbeitsplatz. In Betracht kommen verstellbare Stühle und Arbeitstische, eine ergonomische PC-Tastatur, eine ergonomisch gestaltete Maus etc. – wofür dem Arbeitgeber Zuschüsse zustehen. Bei begrenzter Belastbarkeit bieten sich flexible Arbeitszeitmodelle wie Gleitzeit oder Teilzeitarbeit an. Im Rahmen des »Gesetzes über Teilzeitarbeit und befristete Arbeitsverträge« sind diese prinzipiell zu fördern. Sollte die rheumatische Erkrankung so schwer verlaufen, dass der oder die Betroffene als »schwerbehindert« eingestuft wird, greifen die Fördermöglichkeiten nach dem Schwerbehindertengesetz.

Unterstützung der Kollegen

Trotz ihrer Krankheit – oder besser: ihrer Krankheit zum Trotz – arbeiten zu können, sich beruflichen Herausforderungen zu stellen, ist vielen chronisch Rheumakranken sehr wichtig. Dennoch müssen Rheumatiker auf ihre Gesundheit stärker Rücksicht nehmen als »normal« gesunde Berufstätige, wollen sie lange belastbar bleiben. Das bedeutet auch, dass sie gelegentlich auf Unterstützung von Kollegen angewiesen sind - selbst, wenn sie dies nicht unbedingt zeigen. Um Hilfe zu bitten ist nicht einfach und unangenehm; Hilfe annehmen will genauso gelernt sein wie Hilfe anbieten.

Fördermöglichkeiten nutzen

Es gibt eine Vielzahl von betrieblichen Fördermöglichkeiten durch die Arbeits- und Integrationsämter (ehemals: Hauptfürsorgestellen), die Reha-Träger und Berufsgenossenschaften. Die Kosten für ergonomische Büromöbel und Arbeitsmittel, können vom Integrationsamt (ehemals Hauptfürsorgestelle) bis zur vollen Höhe der Kosten bezuschusst werden. Kostenzuschüsse für die behinderungsgerechte Gestaltung des Arbeitsplatzes in Anlehnung an DIN 32977 Teil 1 gewährt das Integrationsamt.

Das Integrationsamt bewilligt Arbeitgebern außerdem Zuschüsse und Darlehen, wenn Zugänge und Sozialräume behinderungsgerecht umgebaut werden müssen oder andere Investitionen notwendig sind. Zum Teil werden auch Zuschüsse als Ausgleich für außergewöhnliche Belastungen – etwa für personelle Unterstützung durch den Betrieb – gewährt.

Unterstützung bei Ausbildung und Einstellung

Arbeitgeber, die chronisch Rheumakranke neu beschäftigen oder ausbilden wollen, erhalten dabei Unterstützung durch die Arbeitsämter. So haben Arbeitgeber unter bestimmten Voraussetzungen Anspruch auf finanzielle Leistungen zur besonderen Förderung bei Einstellung und Beschäftigung, auf Lohnkostenzuschüsse bei Arbeitsaufnahme nach Arbeitslosigkeit oder auf Eingliederungsbeihilfe (auch für Auszubildende) und Lohnkostenzuschüsse bei Probebeschäftigung. Bei Verhandlungen mit dem Arbeitsamt sind zudem häufig individuelle Spielräume vorhanden.

Weitere Informationen und Unterstützung erhalten Sie über:

- die **Bundesvereinigung der deutschen Arbeitgeberverbände**, Breite Straße 29, 10178 Berlin
- die **Fortbildungsakademie der Wirtschaft (FAW)**, Demolierung 2, 23909 Ratzeburg
- das zuständige **Integrationsamt** (www.integrationsaemter.de)
- die vor Ort eingerichteten **Integrationsfachdienste** (www.integrationsfachdienste.de)
- **www.rehadat.de** (enthält diverse Datenbanken zum Thema berufliche Rehabilitation, u.a. die Datenbank Praxisbeispiele, die auch Treffer für den Suchbegriff »Rheuma« bietet)
- den zuständigen **REHA-Berater des Arbeitsamtes**
- die **Landesverbände der Deutschen Rheuma-Liga** (weitere Informationen zu einzelnen Krankheitsbildern und Beratung). Ein Blick lohnt auch ins Internet: www.rheuma-liga.de

Kontakt zu den Verbänden der Deutschen Rheuma-Liga vermittelt:

Deutsche Rheuma-Liga Bundesverband e.V.

Maximilianstr. 14 • 53111 Bonn

Telefon 0228 – 7 66 06 - 0

Fax 0228 – 7 66 06 - 20

eMail bv@rheuma-liga.de

www.rheuma-liga.de

Autorin: Dagmar Wolf

1. Auflage – 10.000 Exemplare, 2002

Drucknummer: A19/BV/12/02

Mit freundlicher Unterstützung
der Bundesversicherungsanstalt
für Angestellte (BfA)





Rheuma kann jeden treffen

– junge Menschen wie alte, Kinder ebenso wie Erwachsene. Einige wenige Krankheiten verlaufen so drastisch, dass sie akut lebensbedrohlich sind und Organe angreifen. Andere zerstören schleichend über Jahre die Gelenke – und damit oft genug auch jede Lebensperspektive. Wer mit Rheuma leben muss, der braucht Hilfe: gute medizinische Betreuung, psycho-soziale Beratung, Unterstützung im Alltag.

Eine starke Gemeinschaft

– das ist die Deutsche Rheuma-Liga mit ihren über 240.000 Mitgliedern. Das Netz der örtlichen Gruppen und Verbände zieht sich von Ost nach West und von Nord nach Süd. Damit verfügen rheumakranke Menschen in Deutschland über den größten Verband im Gesundheitsbereich. Viele tausend ehrenamtliche Mitstreiter in über 800 Gruppen beraten Neuerkrankte und organisieren die Verbandsarbeit. Dabei werden sie von einer vergleichbar kleinen Zahl hauptamtlicher Kräfte unterstützt.

Einheit trotz Vielfalt

– so heißt die Devise in der Deutschen Rheuma-Liga, denn es gibt eine Vielzahl rheumatischer Erkrankungen. Ob Arthrose, entzündliche Erkrankungen, Fibromyalgie, Rheuma bei Kindern oder eher seltenere Erkrankungsformen, die Deutsche Rheuma-Liga ist für alle da. Morbus Bechterew, Lupus Erythematoses und Sklerodermie-Betroffene sind mit eigenen Verbänden unter dem Dach der Deutschen Rheuma-Liga organisiert.

Hilfe zur Selbsthilfe

– ist das Ziel der Arbeit vor Ort. Für die Betroffenen gibt es eine Vielzahl von Möglichkeiten der Begegnung und Unterstützung im Leben mit der Krankheit. Manches ist speziell auf die besonderen Belange einzelner Krankheitsformen ausgerichtet.

Es gibt Bewegungstherapie, ergotherapeutische Behandlung, Schmerzbewältigungskurse, sozialrechtliche Beratung und Betreuung von Schwerstbetroffenen, Selbsterfahrungs- und Gesprächsgruppen, Elternkreise und Treffen für Junge Rheumatiker, Kreativgruppen und Tanz, Ausflüge, gesellige Veranstaltungen und vieles mehr.

Die Krankheit verstehen

– ist nicht einfach und Ärzte haben wenig Zeit für ihre Patienten im alltäglichen Praxisstress. Deswegen sorgt die Deutsche Rheuma-Liga für laienverständliche und dennoch kompetente Information der Betroffenen und ihrer Angehörigen mit ihren umfassenden Ratgebern.

Alle Serviceangebote gibt es auch im Internet: www.rheuma-liga.de. Alljährlich findet der »Tag des Rheumakranken« statt und informiert die breite Öffentlichkeit rund um Rheuma.

Immer auf dem neusten Stand

– sind die Leser der Mitgliederzeitschrift mobil, in dessen Redaktion vorrangig Betroffene, aber auch ärztliche Berater mitwirken. mobil informiert über therapeutische Neuentwicklungen, bietet Erfahrungsberichte von Betroffenen und gibt viele Impulse bei der Suche nach dem eigenen Weg.

Fortbildung muss sein

– deswegen organisieren die Verbände der Deutschen Rheuma-Liga alljährlich eine Vielzahl von Patientenseminaren, Informationsveranstaltungen, Fortbildungen für ehrenamtliche Mitarbeiter und an der Versorgung beteiligter Berufsgruppen. Ein eigenes Patientenschulungsprogramm »Alltagsbewältigung und Lebensperspektiven« wurde entwickelt.

Ganz Deutschland auf einen Klick

– bietet die Datenbank »Versorgungslandkarte auf der Homepage der Deutschen Rheuma-Liga: www.rheuma-liga.de. Sie enthält aktuell und qualitätsgeprüft alle wichtigen Adressen von Kliniken, Ärzten und anderen Fachleuten.

Medizinische Forschung tut Not

– denn noch immer sind die meisten rheumatischen Erkrankungen nicht heilbar. Die Deutsche Rheuma-Liga unterstützt die Forschung und vergibt selbst Promotionsstipendien für Forschungsprojekte im Bereich »Selbsthilfe«.

Politisches Engagement

– ist ganz wichtig, damit chronisch Kranke nicht ins gesellschaftliche und politische Abseits geraten. Deswegen setzt sich die Deutsche Rheuma-Liga für die Belange rheumakranker Menschen auf allen Ebenen ein. Ziel ist die bestmögliche medizinische Versorgung und soziale Unterstützung.

Rheuma kennt keine Grenzen

– deswegen gibt es einen regen internationalen Erfahrungsaustausch. Gemeinsam mit anderen Rheuma-Selbsthilfebewegungen hat die Deutsche Rheuma-Liga das Manifest für Menschen mit Rheuma in Europa unterzeichnet.

Hilfe zur Selbsthilfe kostet Geld

– spart der Gesellschaft aber auch eine ganze Menge an sonstigen (Folge)kosten. Deswegen fördern Krankenkassen und Rentenversicherungsträger wie auch staatliche Einrichtungen die Arbeit der Deutschen Rheuma-Liga. Unterstützung kommt auch von Lotteriereinnahmen und durch Partner aus der Industrie.