

Der Sportunterricht

In der Regel sind rheumakranke Schüler vom Sportunterricht befreit. Ideal wäre es, wenn der Sportunterricht am Anfang oder am Ende des Schultages liegen könnte. So kann der rheumakranke Schüler diese Zeiten für Krankengymnastik oder Arztbesuche nutzen. Sollte das nicht möglich sein, könnten Sie dem Kind die Erledigung der Hausaufgaben anbieten, denn die vielen Therapien lassen rheumakranken Kindern nur wenig Freizeit.

Das Sitzen in der meist kühlen Turnhalle verstärkt die Gelenkprobleme und das Heranziehen zur Hilfestellung führt oft zu starker Gelenkbelastung (Stöße, Gewicht der Mitschüler).

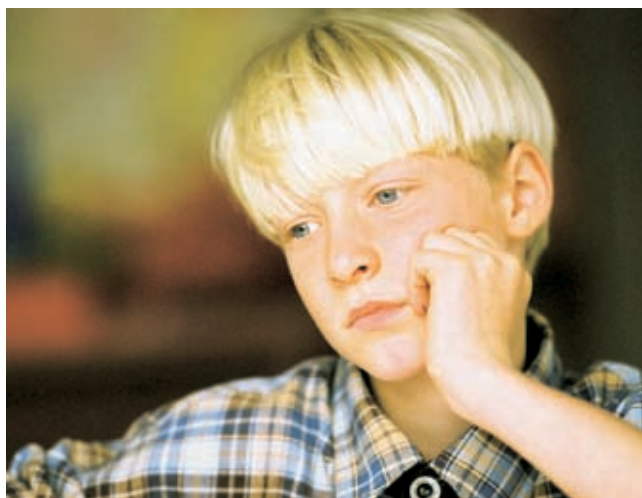
Häufige Fehlzeiten

Durch Klinikaufenthalte und Arztbesuche entstehen oft Fehlzeiten. Damit Wissenslücken weitgehend vermieden werden, sollten rheumakranke Kinder die Möglichkeiten des Sonder- oder Förderunterrichts nutzen können. Da für solche Regelungen zwar bundeseinheitliche Empfehlungen bestehen, aber letztlich auf Länderebene entschieden wird, sind Familien hier besonders auf gute Beratung angewiesen.

Im Falle eines Klinikaufenthaltes mit Klinikschule sollte die Heimatschule mit den Kliniklehrern regelmäßig Kontakt halten. Unterrichtsstoff, Hausaufgaben und Klassenarbeiten können an die Klinikschule gefaxt oder gemailt werden, damit die Schüler den Anschluss an den Heimatunterricht nicht verlieren.

Können rheumakranke Kinder an Ausflügen und Klassenreisen teilnehmen?

Rheumakranke Schülerinnen und Schüler sollten bei jeder Aktivität mitmachen können. Schüler, Eltern und Lehrer sollten gemeinsam nach Wegen suchen, auch Klassenausflüge oder Klassenfahrten so zu gestalten, dass das rheumakranke Kind teilnehmen kann.



Rheumafoon für Eltern

Eltern beraten Eltern per Telefon – dies ist das Konzept, das sich hinter dem Rheumafoon verbirgt. Bundesweit vier ehrenamtliche Rheumafoon-Beraterinnen haben ein »offenes Ohr« und Zeit für Sie. Hier können Sie Ihre Fragen zum kindlichen Rheuma stellen und sich Rat und Hilfe holen.

Silke Metke
0160 – 92 02 20 82*

Angelika Kapp
0178 – 1 34 68 44*

Dr. Patricia Vöttiner-Pletz
07725 – 91 77 97

Babette Wegehaupt
0421 – 3 88 71 19

Hinterlassen Sie ggf. Name und Telefonnummer auf dem Anrufbeantworter bzw. auf der Mailbox (* Handy) oder schicken Sie eine SMS. Die ehrenamtlichen Beraterinnen rufen Sie gerne zurück.

Es gibt auch für Junge Rheumatiker ein telefonisches Beratungsangebot: www.rheuma-liga.de/rheumafoon_JR

Herausgeber

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

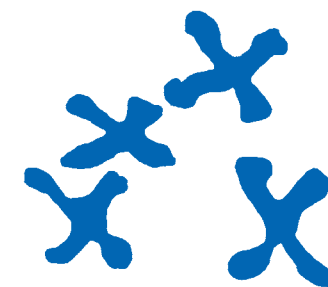
4. Auflage – 10.000 Exemplare, 2009
Drucknummer: A16/BV/11/09

Wir freuen uns über Ihre Spende
zugunsten rheumakranker Kinder.

Spendenkonto

Deutsche Rheuma-Liga-Bundesverband e.V.
Stichwort »Rheumakranke Kinder«

Deutsche Apotheker- und Ärztebank Köln
Konto-Nr. 5 999 111 • BLZ 370 606 15



Gefördert vom



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

Das rheumakranke Kind in der Schule

Eine Orientierungshilfe für Lehrer / innen



EINE ORIENTIERUNGSHILFE FÜR LEHRER/INNEN

Liebe Lehrerinnen und Lehrer,

wenn Sie das Wort »Rheuma« hören, denken Sie vermutlich zunächst nur an ältere Menschen. Noch immer ist viel zu wenig bekannt, dass Menschen aller Altersstufen, auch Säuglinge und Kleinkinder an Rheuma erkranken können. Die erste Reaktion auf diese Tatsache ist zumeist Verwunderung.

Es erkranken nicht sehr viele Kinder und Jugendliche an Rheuma, aber vielleicht begegnet gerade Ihnen ein solches Kind. Ziel dieses Faltblattes ist es, Ihnen nützliche und praktische Hilfen zu geben, um Sie im Umgang mit einem chronisch rheumakranken Kind/Jugendlichen zu unterstützen.

Rheuma beim Kind – was ist das?

Rheuma im Kindesalter ist eine eingreifende und langwierige, manchmal lebenslange Erkrankung. Rheumatische Erkrankungen im Kindesalter sind überwiegend entzündlicher Art, sie verlaufen schubweise, sodass gute Phasen mit schlechten Phasen abwechseln können. Rheuma bedeutet Schmerzen und Bewegungseinschränkungen. Rheuma bedeutet aber auch Ungewissheit, denn der Verlauf ist unvorhersagbar. Die häufigste chronisch rheumatische Erkrankung im Kindesalter ist die **Juvenile idiopathische Arthritis (JIA)**.

juvenil idiopathisch Arthritis	kindlich, jugendlich unbekannter Ursache Gelenkentzündung
--------------------------------------	---

Die JIA kann sehr vielfältig verlaufen mit Befall weniger Gelenke (Oligoarthritis), Befall vieler Gelenke (Polyarthritis) oder sogar mit Befall innerer Organe (systemische Arthritis). #Sehr oft entzünden sich auch die Augen, was unbemerkt zu starken Sehbehinderungen bis hin zur Erblindung führen kann. Die Ursachen sind weitgehend unbekannt; man vermutet eine Störung in der Immunabwehr (Autoimmunerkrankung). Rheuma ist nicht heilbar, aber früh erkannt und früh behandelt kann es oft langfristig zur Ruhe gebracht werden.

Soll man mit den Mitschülern über Rheuma reden?

Der Besuch der Schule stellt einen wichtigen Schritt zur Normalisierung des Alltags dar. Viele Kinder fürchten sich aber davor. Sie haben Angst vor Unverständnis und Hänseleien, da äußerlich oft keine Anzeichen einer Erkrankung zu sehen sind. Verstanden und akzeptiert zu werden ist aber, wie Sie wissen, für die Entwicklung von Kindern sehr wichtig. Sprechen Sie mit den Mitschülern und ihren Eltern über die neue Situation. Entscheiden Sie gemeinsam mit dem rheumakranken Kind, welche Hilfen nötig und möglich sind. Als Hilfe für den Unterricht bieten wir zwei Kurzfilme über junge Rheumatiker an: www.rheuma-liga.de/film



Was bewirken Rheumamedikamente

Die in der Rheumatherapie eingesetzten Medikamente haben das Ziel, den Entzündungsprozess zu stoppen oder einzudämmen, um so die Zerstörung der Gelenke aufzuhalten bzw. zu verlangsamen. Mit der Einnahme der Medikamente können aber auch unerwünschte Wirkungen, wie Übelkeit, Bauchschmerzen, Müdigkeit oder Konzentrationsschwächen, auftreten.

Warum sind rheumakranke Kinder manchmal so dick?

Einige Kinder müssen über längere Zeit Kortison in hohen Dosierungen einnehmen. Kortison schwellt das Gewebe auf, die Kinder wirken dann dick und aufgedunsen.

Warum kommen rheumakranke Kinder manchmal zu spät in die Schule?

Morgens sind die Gelenke besonders steif und schmerzen, wir nennen das Morgensteife. Es dauert einige Zeit, bis die Medikamente, die Bewegungsübungen und das Kühlen der Gelenke wirksam werden und das Kind sich wieder besser bewegen kann.

Der Klassenraum

»Viel Bewegung, wenig Belastung«, so lautet das Motto für rheumatische Erkrankungen. Sind Beingelenke (Hüfte, Knie, Füße) betroffen, sollten die Kinder keine längeren Strecken zurücklegen und keine Treppen steigen.



Günstig ist ein Klassenraum im Erdgeschoss; falls der Wechsel eines Klassenraumes unvermeidlich ist, wird häufig ein Hilfsdienst oder Fahrstuhl erforderlich. Auch die Nutzung eines Sitzrollers innerhalb des Schulgebäudes sollte erlaubt sein. Der Sitzroller wird für jedes Kind individuell vom Orthopädiemechaniker angepasst. Der Sattel ist so eingestellt, dass das Kind mit durchgestreckten Beinen auf dem Roller sitzt und so mit dem Roller »geht«. Auf diese Weise werden die Beingelenke bewegt, aber nicht belastet.

Das Tragen schwerer Schultaschen belastet die Gelenke und sollte durch einen zweiten Schulbuchsatz (einen für zu Hause, einen für die Schule) vermieden werden.

Die Pausen

Für die Pausen sollten besondere Regelungen gelten. Treppen steigen, langes draußen stehen bei nasskaltem Wetter u.ä. sind nicht günstig bei einer rheumatischen Erkrankung. Andererseits geraten rheumakranke Schüler erneut ins Abseits, wenn nur sie im Klassenraum bleiben sollen. Vielleicht gibt es hier die Möglichkeit, dass ein Freund oder eine Freundin mit im Klassenraum bleiben darf.

Das Schreiben

Sind die Armgelenke betroffen (Hände, Ellenbogen, Schultern), ist das Schreiben und das Halten der Stifte schwierig. Das Tragen von Handgelenkschienen kann das Schreiben erheblich erschweren. Es verzögert die Schnelligkeit des Schreibens, Schreibhilfen/Griffverdickungen oder die Nutzung eines Laptops schaffen Erleichterung. Die Möglichkeit einer Zeitverlängerung bei Klassenarbeiten sollte gewährleistet sein.

Das Sitzen

Für manchen rheumakranke(n) Schüler(in) kann die Anschaffung rheumagerechter Sitzmöbel im Klassenraum eine große Erleichterung sein. Besonders dann, wenn eine Gelenkversteifung bereits besteht oder droht. Aber auch schon die Nutzung eines Keilkissens auf einem normalen Schulstuhl, kann die Wirbelsäule entlasten. Auch einfach nur Aufstehen bei Schmerzen sollte unkompliziert möglich sein.

