



Die Bremer Vereinigung Morbus Bechterew e.V.

ist eine ehrenamtlich geführte Selbsthilfeorganisation mit Therapieangeboten in Bremen, Bremen-Nord und Delmenhorst.

Die Vereinigung besteht seit 1980 und hat ca. 200 Mitglieder.

Die Ziele der Vereinsarbeit sind:

- Die freundschaftlichen Beziehungen und den ständigen Erfahrungsaustausch unter den Mitgliedern fördern.
- Die Verbesserung der körperlichen und seelischen Gesundheit durch Therapiegruppenangebote und Informationsabende anzuregen und dadurch zur Erhaltung der Erwerbsfähigkeit beizutragen.
- Die Durchsetzung der Mitgliederinteressen, auch gemeinsam mit anderen Verbänden aus dem Behindertenbereich, gegenüber der Gesellschaft und dem Gesetzgeber.

Hier erfahren Sie mehr !

Bremer Vereinigung Morbus Bechterew e.V.

Brucknerstraße 13
28359 Bremen

Telefon/Fax: 04 21 – 53 39 99
E-Mail: kontakt@bremerbechtis.de
www.bremerbechtis.de

Beratungs- und Geschäftsstelle: Brucknerstraße 13

Montag 12.30 – 16.00 Uhr
Donnerstag 8.30 – 12.00 Uhr

Persönliche Beratungsgespräche
sind nach Vereinbarung möglich.

Stand 11/2010

Wir danken dem Gesundheitsamt Bremen und der hkk
für die freundliche Unterstützung.



Bremer Vereinigung
MORBUS BECHTEREW E.V.

Brucknerstraße 13
28359 Bremen



Was ist Morbus Bechterew ?

Morbus Bechterew (lat. Spondylitis ankylosans) ist eine chronische, entzündliche, rheumatische Erkrankung, die häufig junge Menschen betrifft.

Sie ist gekennzeichnet durch Knochenneubildung und Knochenzerstörung mit Verknöcherung (Ankylosierung) am Achsenskelett (Kreuzdarmbeingelenk, kleine Wirbelsäulengelenke und Brustkorb). Entzündungen der Gelenke an Armen und Beinen und den Knochensehnenübergängen sowie entzündliche Veränderungen außerhalb des Bewegungsapparates, z.B. am Auge und der Haut, treten auch häufig auf.

Die Ursache ist nicht bekannt, die Veranlagung zur Erkrankung kann vererbbar sein.

Frühsymptome können tiefsitzende, sich nachts verstärkende Kreuzschmerzen, morgendliche Steifheit, Schmerzen im Bereich der gesamten Wirbelsäule und Schmerzen über dem Brustbein, die besonders beim Husten und Niesen auftreten, sein. Schwellungen und Schmerzen durch Knie- oder Sprunggelenkentzündungen oder Regenbogenhautentzündungen können ebenfalls die Bechterew-Erkrankung ankündigen.

Was können Sie tun ?

Jede Patientin und jeder Patient mit Morbus Bechterew hat die Möglichkeit, die Krankheit positiv zu beeinflussen. Gezielte und regelmäßige Krankengymnastik, Bewegungsbäder und leichte sportliche Betätigung erhalten die Beweglichkeit und helfen, die vorzeitige Verknöcherung und Fehlstellung der Wirbelsäule zu vermeiden.

Das Motto:
Bechterewler brauchen
Bewegung !

Damit Sie die Bewegungstherapie besser durchführen können, kann Ihr Arzt/Ihre Ärztin Sie durch Verordnung schmerzlindernder und entzündungshemmender Medikamente unterstützen.

Unterstützende Therapiemöglichkeiten sind:

- Massagen mit Fangopackungen
- Moorbäder
- Elektrotherapien

Was können wir für Sie tun?

- Ihnen Informationen und Aufklärung über die Erkrankung in persönlichen Gesprächen und Gesprächskreisen geben.
- Krankengymnastik, in Gruppen unter Anleitung von Krankengymnastinnen und Krankengymnasten, die Erfahrung in der Bechterew-Therapie mitbringen
 - Trockengymnastik und Entspannungsübungen
 - Wassergymnastik
- Volleyball mit gezielter Anleitung als ideale Sportart für Bechterew-Patienten
- Radtouren und Skilanglauf als sportliche und gesellige Aktivitäten

Bei Vorlage einer, von Ihrer Krankenkasse oder Ihrem Rentenversicherungsträger genehmigten Verordnung über Funktionstraining, rechnen wir die Wasser- und Trockengymnastik mit Ihrem Versicherungsträger ab.