

## Rheumatoide Arthritis und Psyche

# Die Schmerzen treffen auch die Seele

**Beim Management der rheumatoiden Arthritis (RA) stehen Beschwerden an den Gelenken im Vordergrund. Doch oft leidet nicht nur der Körper, sondern auch die Psyche unter der entzündlichen Krankheit: Depressionen und Angststörungen treten bei RA-Patienten deutlich häufiger auf als bei körperlich gesunden Menschen, werden jedoch oft nicht oder erst spät diagnostiziert. Der Vitamin-D-Spiegel scheint hierbei eine Rolle zu spielen.**

Daran erinnerte die Deutsche Gesellschaft für Rheumatologie (DGRh) in einer Pressemeldung anlässlich des Welttages der Seelischen Gesundheit am 10. Oktober 2018. Vertreter der DGRh sprachen sich daher dafür aus, bei Menschen mit Rheuma auch auf psychische Symptome zu achten. Diese müssten von Fachärzten konsequent behandelt werden, so die DGRh.

Entzündlich-rheumatische Erkrankungen sind dadurch gekennzeichnet, dass das Immunsystem sich gegen körpereigene Strukturen richtet – neben den Gelenken können fast alle Gewebe und Organe betroffen sein. Dieser entzündliche Prozess kann heute zwar mit hochwirksamen Medikamenten verlangsamt oder gar aufgehalten werden. «Über den körperlichen Beschwerden werden aber mögliche psychische Probleme häufig übersehen oder von Patient oder Arzt negiert», gibt DGRh-Präsident Professor Hanns-Martin Lorenz aus Heidelberg (D) zu bedenken. Diese seien bei RA-Patienten keine Seltenheit.

Wie häufig Rheumabetroffene an der Seele leiden, zeigt – nach vielen anderen Untersuchungen der letzten Jahre – auch eine aktuelle Studie aus China: Die Autoren um Dan Pu von der Xi'an Jiaotong University diagnostizierten bei 62 Prozent ihrer RA-Patienten eine Depression, definiert als Werte  $\geq 8$  auf der Hamilton Depression Scale (HAMD). Bei rund 60 Prozent wurde mit der Hamilton Anxiety Scale (HAMA) eine Angststörung, definiert als Werte  $\geq 7$ , gefunden (1). «Psychische Leiden wie diese tragen erheblich zur Krankheitslast der Patienten bei und müssen daher dringend beachtet und behandelt werden», betonte Lorenz. Die Diagnose sei etwa mithilfe standardisierter Fragebögen möglich, welche die mit Depressionen assoziierten Symptome wie Schuldgefühle, Schlafstörungen oder Suizidgedanken erfassten und gewichteten. «Diese Erkrankungen gehören in psychiatrische Behandlung», so der Experte. «Jeder Rheumatologe sollte sie aber prinzipiell mitdenken und bei Bedarf die Patienten an die betreffenden Kollegen überweisen.»

### Vitamin-D-Mangel triggert die Depression

Die psychischen Symptome können eine Folge der chronischen Krankheit sein, sie können aber auch auf andere biologische Einflüsse zurückgehen. Die chinesischen Mediziner

etwa stellen in ihrer Arbeit einen Zusammenhang zwischen dem Auftreten depressiver Symptome und einem Mangel an Vitamin D her: Mit einem Durchschnittsserumspiegel für 25-OH-D3 von 15,24 ng/ml war bei den RA-Patienten mit Depression der Vitamin-D-Spiegel signifikant niedriger als bei den RA-Patienten ohne Depression mit 24,68 ng/ml. Je schlechter die Patienten mit Vitamin D versorgt waren, desto ausgeprägter war die Depression. Auch eine lange Krankheitsdauer war mit stärkeren psychischen Problemen assoziiert, ebenso wie die Einnahme von TNF-alpha-Inhibitoren. Diese Studie bestätigt das Ergebnis einer bereits im Jahr 2016 publizierten Metaanalyse, in der 15 Studien mit insgesamt 1143 RA-Patienten ausgewertet wurden. Damals wurde festgestellt, dass die Vitamin-D-Serumspiegel bei RA-Patienten im Vergleich zu gesunden Kontrollpatienten signifikant erniedrigt sind und ein Vitamin-D-Mangel bei RA-Patienten signifikant häufiger als bei gesunden gleichaltrigen Personen vorkommt (2). Auch in dieser Metaanalyse wurde festgestellt, dass die Krankheitsaktivität bei RA-Patienten umso höher war, je niedriger ihr gemessener Vitamin-D-Spiegel war.

Welche kausalen Beziehungen zwischen der Krankheit selbst, den bei der Behandlung eingesetzten Medikamenten, einem möglichen Vitamin-D-Mangel und den psychischen Problemen bestehen, ist noch weitgehend unklar. «Diese Zusammenhänge müssen in weiteren Studien untersucht werden», so Lorenz. Im Idealfall liessen sich daraus Behandlungsstrategien ableiten, mit denen die seelischen Begleiterscheinungen der RA gezielt therapiert oder gar verhindert werden könnten. ▲

AZA

Referenzen:

1. Pu D et al.: Prevalence of depression and anxiety in rheumatoid arthritis patients and their associations with serum vitamin D level. *Clin Rheumatol* 2018; 37: 179–184.
2. Lee YH et al.: Vitamin D level in rheumatoid arthritis and its correlation with the disease activity: a meta-analysis. *Clinical and Experimental Rheumatology* 2016; 34: 827–833.