

# Aktiv mit Rheuma



ÖSTERREICHISCHE  
RHEUMALIGA

[www.rheumaliga.at](http://www.rheumaliga.at)

Ausgabe 51 | April 2018



## Patientenrechte

Dr. Maria-Luise Plank

Seite 4/5

## Jung & Rheuma

Treffen für junge Rheumatiker

Seite 13

## RheumaBuddy

Seite 17



# 5 Jahre SHG



## Chronische Polyarthritis – Oberland

**Ja, die Zeit vergeht wirklich schnell. Es sind jetzt bereits 5 Jahre, seitdem die SHG Chronische Polyarthritis – Oberland in Silz im Tiroler Oberinntal gegründet wurde.**

Beim Februartreffen wurde dieser Anlass natürlich gefeiert, Umso mehr war an diesem Abend, die Anwesenheit von Frau Gertraud Schaffer, Präsidentin der ÖRL, etwas Besonderes.

Der Besuch von Fr. Schaffer, war uns allen in der Gruppe eine große Freude und wir nutzten die Gelegenheit für einen interessanten Erfahrungsaustausch.

*Danke für Ihr Vertrauen  
und Ihre Unterstützung 2018!*



Seite 2/3	5 Jahre SHG   Vorwort
Seite 4/5	Bericht: Patientenrechte
Seite 6/7	Bericht: Fatigue
Seite 8/9	Bericht: Was ist EULAR, PARE und Young PARE eigentlich   70. Geburtstag der EULAR   Buchvorstellung: Rheuma auf der Spur
Seite 10/11	Sexualität bei Rheuma   Schwanger trotz Rheuma   Einschaltung Repuls
Seite 12	Bericht: Servicestelle ÖKUSS   Rheuma Bus on Tour   Wussten Sie: Schärfe erhöht Kalorienverbrauch
Seite 13	Junge Rheumatiker Österreich – Treffen
Seite 14/15	Bericht: Psychotherapie bei Schmerzen   Einschaltung Bärenhof
Seite 16	Bericht: Pressekonferenz
Seite 17	Bericht: RheumaBuddy
Seite 18	Das Knocheneck
Seite 19	Nickys Kräuterseite
Seite 20/21	Bericht: Generalversammlung   Einschaltung Dr. Böhm
Seite 22/23	Exklusiv Workshop   Einschaltung Hotel Europa fit
Seite 24/25	Selbsthilfegruppen und LG der ÖRL   Inserat Klinikum Bad Gastein
Seite 26/27	Termin in den Bundesländern
Seite 28/29	Radonthermalstollen   Einschaltung Pfizer
Seite 30/31	Schwanenhalschienen   Informationen & Anmeldefomular

**Medieninhaber:** Österreichische Rheumaliga, Dorfstr. 4, 5761 Maria Alm, Tel. +43 (0)664 59 65 849, ZVR-Zahl: 554097660

**Chefredaktion/Gestaltung/Herausgeber:** Gertraud Schaffer, Almerau 30/6, 5761 Maria Alm

**Lektorat:** Nicky Böhm-Lilge

**Druck:** Hutter Druck, Birkenstraße 5, 6380 St. Johann in Tirol, www.hutterdruck.at

**Fotonachweis:** bei der Redaktion zu erfragen, Titelbild: © pixabay: hansbenn

Die Zeitschrift "Aktiv mit Rheuma" versteht sich als Informationsblatt für Patienten, Angehörige und alle Interessierte. Es werden keinerlei Befürwortungen bzw. Ablehnungen von Therapiemethoden propagiert, sondern lediglich objektive Informationsberichterstattung im Rahmen der Österreichischen Rheumaliga vorgenommen. Die namentlich gezeichneten Artikel geben die persönliche bzw. wissenschaftliche Meinung des Verfassers wieder und müssen daher nicht unbedingt mit der Auffassung der Redaktion übereinstimmen. Die Redaktion behält sich außerdem das Recht vor, Artikel zu kürzen, ohne dabei den Kerninhalt zu verändern.



# Vorwort 1/2018



**Gruppensprecherin Frau Andrea Bachnetzer blickte zurück auf 5 Jahre SHG, die meisten der TeilnehmerInnen sind seit Beginn dabei.**

Vorträge bzw. Infoabende bezüglich Ergotherapie, Atempädagogik, Rheuma und Psyche, Jin Shin Jyutsu-Heilströmen, Sturzprophylaxe, Lachen tut gut, Kochabende, etc. bis hin zur Durchführung der von der ÖGR prämierten eingereichten Projekte 2015, 2017 mit den Themen **„Mit bewusster Ernährung und positivem Umgang mit Stress neue Lebensqualität (trotz Rheuma !) gewinnen“** und **„Schmerzbewältigung im EinKLANG mit NATUR und FARBE**, sowie auch Physiotherapie brachte uns Patienten wieder ein Stück weiter in der Bewältigung unserer Rheumaerkrankung und somit auch in der Bemühung, eine gute Lebensqualität zu haben.

Nicht zu vergessen sind unsere jährlichen Ausflüge und Adventfeiern, bei denen auch unsere Partner dabei sind und auch diese Ereignisse zur Harmonie und zum gegenseitigen Verständnis in der Gruppe beitragen.

Alles in allem ein sehr positives und guttuendes Miteinander.

**Andrea Bachnetzer**



## LIEBE MITGLIEDER, LIEBE LESERIN, LIEBER LESER!

Ein neues Jahr bringt viel Neues und auch Veränderungen mit sich. Was wird uns in diesem Jahr alles beschäftigen? Wir leben in einer Welt, die privat und beruflich viel fordert, wo wir alle viel einbringen und uns dadurch Grenzen aufgezeigt werden. Ich wünsche uns allen, dass wir im persönlichen Gespräch auf uns zugehen können, Wertschätzung erfahren, damit uns ein gelungenes und mit Freude erfülltes, möglichst gesundes Jahr 2018 bevorsteht.

Die neue EU-Datenschutz-Grundverordnung, welche im Europäischen Parlament am 27. April 2016 beschlossen wurde, tritt mit 25. Mai 2018 in Kraft. Die Vorbereitungen und die Umsetzung der DSGVO fordert auch unser Team, aber nichts desto trotz, wir stehen vor dem Ziel.

Um die Voraussetzungen für den Erhalt der Spendenbegünstigung zu schaffen, wurde die außerordentliche Generalversammlung, welche am 20. Jänner 2018 in Salzburg stattfand, einberufen. Die Änderung der Statuten, welche ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige, insbesondere mildtätige Zwecke im Sinne der §§ 34ff der Bundesabgabenordnung betreffen, wurde von den anwesenden Mitgliedern einstimmig beschlossen. Ich bedanke mich bei allen anwesenden Mitgliedern für ihr Kommen und das entgegengebrachte Vertrauen. Der Feststellung

der Erfüllung der Voraussetzungen wurde vom BMF Finanzamt Wien stattgegeben. Die ÖRL gehört mit Wirksamkeit ab 19.02.2018 zum begünstigten Empfängerkreis der mildtätigen Entwicklungs- und Katastrophenhilfe-Einrichtungen gemäß § 4a Abs. 2 Z. 3 lit. a bis c ESTG. Wir sind voller Zuversicht, dass wir über Online Fundraising Spenden zur Umsetzung unserer Aktivitäten sowie neue Projekte zu Gunsten unserer Mitglieder lukrieren können.

Auch in diesem Jahr bieten wir unsere „Rheumatage“ und den „Rheuma Bewegt Tanzsalon“ in verschiedenen Städten/Orten für unsere Mitglieder und Interessierte an. Das 1. Treffen „Junger Rheumatiker“ in Österreich findet über das Pfingstwochenende statt. Es wird heuer auch eine weitere Sonderausgabe „Rheuma Innovativ“ publiziert. Einen Bericht über den Rheuma Buddy (App), einer sehr wertvollen Unterstützung in Bezug auf die Dokumentation und im Umgang mit der rheumatischen Erkrankung, finden Sie auf Seite 17.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß mit der ersten Ausgabe von „Aktiv mit Rheuma“ des heurigen Jahres und würde mich über Anregungen, Lob und Kritik sehr freuen.

Genießen Sie die erwachte und erblühende Vegetation, tanken Sie die Sonnenstrahlen bei einer Bewegung, die Sie lieben und das möglichst in freier Natur.

**Mit genussvollen Frühlingsgrüßen  
Ihr Gertraud Schaffer**

