

Pressemeldung der Deutschen Gesellschaft für Rheumatologie und Klinische Immunologie e. V. (DGRh) zum Welt-Rheuma-Tag am 12. Oktober 2026

Rheuma kann auch aufs Herz gehen

DGRh rät Betroffenen, ihr Herz-Kreislauf-Risiko frühzeitig ärztlich abzuklären

Berlin, Oktober 2026 – Entzündlich-rheumatische Erkrankungen können nicht nur Gelenke, sondern auch Organe wie das Herz und die Gefäße belasten. Zum Welt-Rheuma-Tag am 12. Oktober rät die Deutsche Gesellschaft für Rheumatologie und Klinische Immunologie e. V. (DGRh) Betroffenen, ihr persönliches Herz-Kreislauf-Risiko frühzeitig ärztlich prüfen zu lassen. Grundlage ist die S3-Leitlinie „Management kardiovaskulärer Komorbiditäten entzündlich-rheumatischer Erkrankungen“. Sie empfiehlt, bestehende Risikofaktoren strukturiert zu erfassen und konsequent zu behandeln.

In Deutschland leben rund 1,8 Millionen Erwachsene mit einer entzündlich-rheumatischen Erkrankung. Häufig sind rheumatoide Arthritis (RA) und Spondyloarthritiden mit jeweils etwa 700 000 Betroffenen. Was viele nicht wissen: Neben den klassischen Risikofaktoren wie Bluthochdruck, erhöhte Blutfette, Diabetes, Rauchen oder Übergewicht kann die rheumatische Entzündung selbst das Herz-Kreislauf-Risiko erhöhen.

Wie deutlich dieses Risiko ausfallen kann, zeigt die Leitlinie an mehreren Beispielen: Für Menschen mit rheumatoider Arthritis wird etwa ein um rund 40 Prozent erhöhtes Herzinfarktrisiko berichtet, bei Spondyloarthritiden liegt es je nach Auswertung um 21 bis 51 Prozent höher. Auswertungen beschreiben zudem ein moderat erhöhtes Schlaganfallrisiko.

Risiken kennen, regelmäßig prüfen lassen

„Wer eine entzündlich-rheumatische Erkrankung behandelt, muss Herz und Gefäße von Anfang an mitdenken“, sagt Prof. Dr. med. Jan Leipe, Leitlinienkoordinator der DGRh und leitender Rheumatologe am Universitätsklinikum Schleswig-Holstein, Campus Kiel. „Die Leitlinie macht deutlich: Entscheidend ist nicht ein einzelner Laborwert, sondern das gesamte

Risikoprofil.“ Übliche Risikorechner berücksichtigen die klassischen Risikofaktoren und könnten deshalb das Risiko bei Menschen mit entzündlich-rheumatischen Erkrankungen unterschätzen. Deshalb sei eine ärztliche Einschätzung besonders wichtig, die Rheuma mitdenkt, so Leipe.

Was Betroffene selbst ansprechen können

Für Betroffene heißt das: Beim nächsten Termin in der rheumatologischen oder hausärztlichen Praxis lohnt sich die Frage, wie hoch das eigene Herz-Kreislauf-Risiko ist – und was sich konkret dagegen tun lässt. Dazu gehören regelmäßige Blutdruckkontrollen, die Bestimmung der Blutfette und gegebenenfalls der Blutzuckerwerte, ein Rauchstopp, Bewegung, Gewichtsreduktion bei Übergewicht und eine gute Einstellung der entzündlich-rheumatischen Erkrankung. Auch Beschwerden wie Brustschmerzen, Luftnot, Herzstolpern oder Beinschmerzen beim Gehen sollten ärztlich abgeklärt werden.

Therapie und Vorsorge zusammendenken

„Herzvorsorge beginnt, bevor das Herz Probleme macht“, betont auch PD Dr. med. Fabian Proft, Rheumatologe und Leitlinienkoordinator der DGRh.

„Patientinnen und Patienten gewinnen, wenn Risiken frühzeitig erkannt werden.“

Die Leitlinie setzt dafür auf eine kombinierte Strategie: Die rheumatische Entzündung soll möglichst gut kontrolliert, klassische Risikofaktoren sollen regelmäßig überprüft und behandelt werden. Bei Beschwerden oder Befunden, die auf Herz- oder Gefäßprobleme hindeuten, empfiehlt sie gezielte weiterführende Untersuchungen.

Auch antirheumatische Medikamente bewertet die Leitlinie mit Blick auf Herz und Gefäße. Kortisonpräparate und entzündungshemmende Schmerzmittel sollten niedrig dosiert und nur so kurz wie nötig eingesetzt werden. Patientinnen und Patienten sollten Medikamente aber nicht eigenständig absetzen, sondern die passende Therapie gemeinsam mit ihrer Ärztin oder ihrem Arzt besprechen.

Leitlinien bringen Wissen in die Versorgung

Damit solche Empfehlungen im Versorgungsalltag ankommen, erarbeitet die DGRh medizinische Leitlinien und bringt Fachwissen aus der Rheumatologie zusammen. „Leitlinienarbeit ist eine der Hauptaufgaben der DGRh“, sagt Professorin Dr. med. Ina Kötter, Präsidentin der DGRh, Leiterin der Sektion Rheumatologie der III. Medizinischen Klinik und Poliklinik am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf sowie Direktorin der Klinik für Rheumatologie und Immunologie am Klinikum Bad Bramstedt. „Sie übersetzt wissenschaftliche

Evidenz für den Versorgungsalltag, gibt Ärztinnen und Ärzten Orientierung und befähigt Patientinnen und Patienten, fundierte Fragen zu stellen. Diese wichtige Arbeit wird von vielen Expertinnen und Experten der DGRh ehrenamtlich getragen.“

Bei Abdruck Beleg erbeten.

Rheuma und Herz: 7 Fragen für den nächsten Arzttermin

1. Wie hoch ist mein persönliches Herz-Kreislauf-Risiko?
2. Liegen die Werte für Blutdruck, Blutfette und Blutzucker im Normbereich?
3. Ist meine entzündlich-rheumatische Entzündung gut genug eingestellt?
4. Was kann ich selbst tun – etwa in Bezug auf Bewegung, Gewichtsreduktion oder Rauchstopp?
5. Gibt es Warnzeichen, bei denen Herz oder Gefäße untersucht werden sollten?
6. Beeinflussen meine Medikamente mein Herz-Kreislauf-Risiko?
7. Wer koordiniert meine Vorsorge: Rheumatologie, Hausarztpraxis oder Kardiologie?

Literatur:

Literatur: S3-Leitlinie „Management kardiovaskulärer Komorbiditäten entzündlich-rheumatischer Erkrankungen“, AWMF-Register Nr. 060-010.

Link zur AWMF: <https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/060-010>

Über die DGRh:

Die DGRh ist mit mehr als 1800 Mitgliedern die größte medizinisch-wissenschaftliche Fachgesellschaft im Bereich der Rheumatologie im deutschsprachigen Raum. Sie repräsentiert hierzulande seit fast 100 Jahren rheumatologische Wissenschaft und Forschung und deren Entwicklung. Als gemeinnütziger Verein arbeitet die DGRh unabhängig und ohne Verfolgung wirtschaftlicher Ziele zum Nutzen der Allgemeinheit.

Pressekontakt DGRh für Rückfragen:

Stephanie Priester

Pressestelle

Deutsche Gesellschaft für Rheumatologie und Klinische Immunologie e. V. (DGRh)

Postfach 30 11 20

70451 Stuttgart

Tel.: +49 711 8931-605

Fax: +49 711 8931-167

E-Mail: priester@medizinkommunikation.org

Kontakt DGRh:

Deutsche Gesellschaft für Rheumatologie und Klinische Immunologie e. V. (DGRh)

Geschäftsstelle

Anna Julia Voormann

Generalsekretärin

Wilhelmine-Gemberg-Weg 6, Aufgang C

10179 Berlin

Tel.: +49 30 240484-70

Fax: +49 30 240484-79

E-Mail: anna.voormann@dgrh.de

www.dgrh.de