

Sjögren-Syndrom

> Definition und Ursache

Das Sjögren-Syndrom (auch als Sicca-Syndrom oder autoimmune Exokrinopathie bezeichnet) ist erstmals von dem gleichnamigen schwedischen Augenarzt im Jahr 1933 entdeckt worden. Es handelt sich um eine chronisch fortschreitende und nicht heilbare Autoimmunerkrankung, die fast nur Frauen betrifft. Dabei werden durch das Immunsystem die Tränen- und Speicheldrüsen geschädigt und teils auch die inneren Organe angegriffen.

Die Ursache der Erkrankung ist nicht geklärt. Möglich sind eine genetische Veranlagung, hormonelle Veränderungen oder auch nachhaltige Stressauslöser.

> Krankheitsbild und Krankheitssymptome

Man unterscheidet zwischen zwei Formen der Erkrankung: Das primäre Sjögren-Syndrom ist eine eigenständige Erkrankung. Das sekundäre Sjögren-Syndrom tritt stets im Zusammenhang mit anderen Erkrankungen auf, etwa der rheumatoiden Arthritis, Lupus erythematodes oder verschiedenen Formen von Leberentzündung (Hepatitis B, Hepatitis C).

Typisch für das Sjögren-Syndrom ist, dass insbesondere die Speichel- und Tränendrüsen betroffen sind, die die folgenden beiden Hauptsymptome des Krankheitsbildes hervorrufen:

- > Trockene Augen
- > Trockener Mund

Einige Patienten leiden zudem an Scheidentrockenheit und vielfach häufiger an Allergien und glutensensitiver Enteropathie (Glutenunverträglichkeit), als diese normalerweise auftreten.

Viele Betroffene zeigen darüber hinaus auch folgende Symptome:

- > Muskel- und Gelenkschmerzen
- > Müdigkeit, Abgeschlagenheit (Fatigue)
- > Verdauungsbeschwerden durch Funktionsstörung des Darms
- > Durchblutungsstörungen der Finger (Raynaud-Syndrom)

All dieses Symptome können eher milde verlaufen, aber auch erhebliche Komplikationen nach sich ziehen: So treten häufig Schäden an inneren Organen oder Blutgefäßen auf, es kann zu einem Hornhautgeschwür im Auge oder sogar zu einem bösartigen Tumor (Lymphom) kommen.

> Wie kann man das Syndrom erkennen?

Die gängigste und übliche Methode zur Diagnostik ist die Sonografie der Speicheldrüsen. Direkte Speichelmessungen (Sialometrie) sind zwar die verlässlichste Methode, die Erkrankung zu erkennen. Sie sind aber kein Routineinstrument, da sie äußerst aufwändig durchzuführen sind.

> **Behandlung & Therapie**

Je nach Verbreitung und Ausprägung der Krankheitssymptome sind folgende Maßnahmen indiziert: Bei trocknen Augen helfen Augentropfen oder Tabletten zur Anregung der Tränenproduktion. Im Falle von Muskel- und Gelenkschmerzen sollten Schmerzmedikamente wie Ibuprofen oder entzündungshemmende Mittel wie Cortison zum Einsatz kommen. Falls Schäden an inneren Organen oder Blutgefäßen auftreten, sind Immunsuppressiva, wie Azathioprin, das Mittel der Wahl.

Die Prognose ist bei entsprechender Therapie nicht ungünstig, verschlechtert sich aber erheblich, wenn ein Lymphom auftritt oder die Lunge mit beteiligt ist.

> **Förderung/ Beratung der Familien**

Sobald die Diagnose „Sjögren-Syndrom“ feststeht, sollten Patienten oder Eltern einen Spezialisten für diese Erkrankung suchen. In der Regel ist das ein Rheumatologe. Dieser kann dann als Schnittstelle dienen und bei Bedarf gezielt an andere Fachärzte überweisen, wenn bestimmte Symptome behandelt werden sollen. In Frage kommen dabei ein Zahn- oder Augenarzt, ein Gynäkologe, Hals-Nasen-Ohren-Arzt, Schmerztherapeut oder ein Facharzt für Lungen- oder Nierenerkrankungen.

Im Sinne der Selbsthilfe raten Experten zu diesen Verhaltensweisen und Handlungsempfehlungen:

- > Regelmäßiges Inhalieren mit Kochsalz oder Nasenduschen. Das senkt das Risiko für Infekte der oberen Atemwege, das aufgrund der trockenen Schleimhäute erhöht ist.
- > Keine Nutzung von Klimaanlage – diese trocknen die Schleimhäute zusätzlich aus.
- > Sicherstellung von viel Luftfeuchtigkeit in Wohn- und Schlafräumen und beim Büroarbeitsplatz.
- > Feuchthalten der Mundschleimhaut durch regelmäßiges Trinken.
- > Verzicht auf Schaumbäder und Gebrauch von rückfettenden Waschlotionen.

Hilfreich ist zudem der Anschluss an eine Selbsthilfegruppe oder der Austausch mit anderen Betroffenen über das Internet zum Beispiel im Sjögren-Syndrom-Forum (<https://www.sjoegren-erkrankung.de/forum.html>) oder über knw Kindernetzwerk e.V..

> **Mehr Infos unter :** <https://www.aerzteblatt.de/archiv/188635/Diagnostik-und-Therapie-des-Sjoegren-Syndroms>