

34/2019 - Bewegung und Sport bei Rheuma

Bewegung und Sport bei Rheuma

Bei Rheuma ist Bewegung wichtig, um die Gelenke beweglich zu halten. Eine Studie dieser Woche beschäftigte sich mit Sport und Ernährung speziell bei Frauen mit rheumatoider Arthritis. Die Wissenschaftler untersuchten die Auswirkungen auf die Lebensqualität. Eine andere Studie untersuchte die Muskelleistung bei rheumatoider Arthritis und wie Muskeln und Krankheitsaktivität zusammenhängen.

Hier die Studien im Detail:

- [Geringe Muskelleistung und hohe Krankheitsaktivität - gibt es einen Zusammenhang?](#)
- [Bewegung kann die Lebensqualität bei Frauen mit rheumatoider Arthritis verbessern](#)