

Guten Tag,

Im [neuen «Explico»-Video](#) erfahren Sie, was Menschen mit Morbus Bechterew und einer versteiften Wirbelsäule beachten sollten, wenn sie einen Unfall haben. In ihrem Fall ist besondere Vorsicht geboten und es müssen bestimmte Vorsichtsmassnahmen getroffen werden.

Eine versteifte Wirbelsäule und Knochenschwund führen dazu, dass Menschen mit Morbus Bechterew ein viel höheres Risiko haben, einen Wirbelsäulenbruch zu erleiden. Deshalb ist die Rettung nach einem Unfall eine heikle Angelegenheit. Zudem bleiben Wirbelsäulenfrakturen bei Bechterew-Betroffenen häufig unerkannt. Bestehen Sie deshalb auf weiteren Untersuchungen wie einer Magnetresonanztomographie (MRI) oder einer Computertomographie (CT).

Auch die gezielte Bewegungstherapie gehört zur Unfallprävention. Zum Beispiel mit dem [Online-Kurs](#) im Mitgliederbereich von bechterew.ch, der Anfang Jahr mit einem neuen Durchlauf startet. Hier können Sie durch Physiotherapeuten angeleitet Übungen machen. Jede Woche werden vier neue Übungen aufgeschaltet. Das Angebot ist für SVMB-Mitglieder kostenlos.

Gerade in der kalten Jahreszeit mit ihren glatten Strassen und dem Wintersport kann es vermehrt zu Unfällen kommen. Für Bechterew-Betroffene mit einer versteiften Wirbelsäule eine besondere Gefahr. Das Wichtigste ist also, Unfälle möglichst zu vermeiden. Gehen Sie keine unnötigen Risiken ein.

Wir wünschen Ihnen einen unfallfreien Winter.

Freundliche Grüsse

Ihr bechterew.ch-Team



Richtig handeln bei einem Unfall

Erfahren Sie in diesem Video, was Menschen mit Morbus Bechterew und einer versteiften Wirbelsäule beachten sollten, wenn sie einen Unfall haben. Denn gerade im Winter lauern für Bechterew-Betroffene besonders viele Gefahren.

[Film aufrufen](#)



Online-Kurs für Mitglieder

Ab Anfang Jahr startet eine neue Serie des Online-Kurses im Mitgliederbereich von bechterew.ch. Hier können Sie durch Physiotherapeuten angeleitete Übungen machen. Jede Woche werden vier neue Übungen aufgeschaltet. Das Angebot ist für SVMB-Mitglieder kostenlos.

[Online-Kurs starten](#)

Weitere Linktipps

Bechterew-Übungen für zu Hause: www.Rheumafit.ch

Kalender «Training für jeden Tag»: [Jetzt bestellen](#)

Schwerpunkt-Artikel: [«Von Wirbelbrüchen und anderen Notfällen»](#)

Artikel: [«Mit Wirbelsäulenbruch aus Spital entlassen»](#)

Aus der Forschung: [«Bei Verdacht auf Wirbelbruch: CT oder MRI»](#)

Passendes zur Jahreszeit: [«Bewusster Umgang mit dem Bechterew](#)

[über die Feiertage»](#)

Es ist uns wichtig, mit unseren Mitgliedern und Interessenten per E-Mail in Kontakt zu sein. Unser Ziel ist es, Ihnen durch unsere Informationen und unsere Angebote einen besseren Umgang mit der Krankheit zu ermöglichen. Wenn Sie weniger E-Mails erhalten wollen, schreiben Sie doch eine E-Mail an mail@bechterew.ch. Wenn Sie gar keine E-Mails mehr erhalten wollen, können Sie sich [hier](#) aus der Liste austragen.

Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew
Leutschenbachstrasse 45
8050 Zürich

mail@bechterew.ch

www.bechterew.ch