



Lift pro Life  
Gudrunstr. 2  
10365  
Berlin

Tel. 030 - 5515 2840  
Fax 030 - 5515 2839  
E-Mail [info@mein-treppenlift.de](mailto:info@mein-treppenlift.de)

## Mein Treppenlift fürs Leben

### **Arthroseschmerzen sind nachmittags am geringsten**

(sra) Steife Gelenke am Morgen. Es dauert eine Weile bis die Beweglichkeit hergestellt ist. Diese typischen Anzeichen kennen Arthrosepatienten. Doch offenbar folgen die Symptome einem Tagesrhythmus. Das fanden jetzt Wissenschaftler der Mayne Medical School in Brisbane (Australien) heraus. Sie ließen 21 Patienten mit Arthrose zehn Tage lang Schmerzen und Steifigkeit an der bevorzugten Hand beurteilen. Außerdem wurden Geschicklichkeitstest durchgeführt. Es zeigte sich, dass die Symptome Schmerzen und Steifigkeit morgens und abends am stärksten und zwischen 16 und 17 Uhr am geringsten waren. Professor Nicholas Bellamy empfiehlt Arthrosepatienten deshalb, Aktivitäten, bei denen Fingerfertigkeit gefragt ist, eher für den Nachmittag. Die Einnahme von Schmerzmittel sollte laut Bellamy so geplant werden, dass ihre Wirkung morgens und abends am größten ist.

*Quelle:*

*N Bellamy, RB Sothorn, J Campbell and WW Buchanan: Rhythmic variations in pain, stiffness, and manual dexterity in hand Osteoarthritis. Annals of the Rheumatic Diseases 61 (12) : S. 1075-1080, 2002*