



Malen bei chronischer Polyarthrititis ____

Für Menschen mit rheumatischen Erkrankungen steht beim Malen mit Aquarellfarben die Lösung aus Erstarrung und Verdichtung im Vordergrund sowie das Eintauchen in die Gestaltung von vielfältigen Differenzierungen, Zusammenhängen und Übergängen.

In das Wechselspiel von Verdichten und Leichtwerden, Innen und Außen kann die Arbeit an der eigenen Lebenssituation einfließen. Dabei wird der Ausdruck eigener Intensionen gestärkt und Neues entdeckt. Die Hingabe an den Malprozess unterstützt die lösende Wirkung der fließenden Farbe und entspannt.

In einer Studie zeigten 251 Patienten zwischen 16 und 70 Jahren mit Rheuma und Rheuma-ähnlichen Erkrankungen körperliche und psychische Besserungen sowie eine hohe Patientenzufriedenheit nach 12 Monaten unter alleiniger Anwendung von anthroposophisch-integrativen Therapien, wobei Belastungen und Kosten konventioneller Therapien wie Kortison und andere schmerz- und entzündungshemmende Arzneimittel (nicht-steroidale Antirheumatika) weitgehend eingespart werden konnten.

Text: Hildegard Pütz, Bild: Artem Podrez

Hamre HJ et al. (2018) A 4-year non-randomized comparative phase-IV study of early rheumatoid arthritis: integrative anthroposophic medicine for patients with preference against DMARDs vs. conventional therapy including DMARDs for patients without preference. *Patient Preference and Adherence* 2018; 12: 375-97:

<https://doi.org/10.2147/PPA.S145221>