

# Publikationen der Rheumaliga Schweiz



**Rheumaliga Schweiz**  
Bewusst bewegt

Arthritis, Arthrose, Osteoporose, Rückenschmerzen und Weichteilrheuma sind die häufigsten rheumatischen Erkrankungen. Rheuma umfasst 200 verschiedene Krankheitsbilder an Rücken, Gelenken, Knochen und Weichteilen.

Die vorliegende Broschüre bietet eine Übersicht über die Publikationen der Rheumaliga Schweiz. Sie können alle diese Publikationen mit dem Talon am Schluss der Broschüre, per Telefon oder auf elektronischem Weg bestellen:

Rheumaliga Schweiz, Josefstrasse 92, 8005 Zürich  
Tel. 044 487 40 00, Tel. Bestellungen 044 487 40 10, info@rheumaliga.ch

Bei grösseren Bestellmengen sind wir auf eine finanzielle Gegenleistung angewiesen.

www.rheumaliga.ch – Ihr Rheumaportal in der Schweiz – über 100 Seiten zu Rheuma, Beratung, Tests, Publikationen und Alltagshilfe-Produkten.



Wir helfen Rheuma-Betroffenen rasch und direkt.  
Ihre Expertinnen und Experten für rheumatische Krankheiten.



## Rheumaliga Schweiz

### Aktiv gegen Rheuma

Kurzporträt der Rheumaliga Schweiz D 005 gratis

### Jahresbericht

D 302 gratis

### Rheumamagazin forumR

Jahresabonnement (4 Ausgaben/Jahr) D 402 CHF 16.40  
Einzelnummer D 304 gratis

### Gutes tun, das bleibt. Ein Testament-Ratgeber

D 009 gratis

### Informationen aus meiner Region (bitte Kanton angeben)

D 004 gratis

## Bewegung

### Blieben Sie fit und beweglich!

12 Übungen, Faltblatt D 1001 gratis

### Beweglich durch Dehnen

10 Übungen, Faltblatt D 1013 gratis

### Aktiv gegen Osteoporose

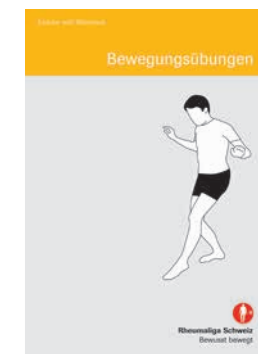
Übungen für Muskeln und Knochen, Faltblatt D 1025 gratis

### Sport für Einsteiger und Umsteiger

Broschüre D 3013 gratis

### Bewegungsübungen

Buch D 401 CHF 15.–



## Verhalten im Alltag

### Ihrem Rücken zuliebe

Faltblatt D 1030 gratis

### Bestform am Bildschirm

Faltblatt D 1014 gratis

### Auf gesunden Füessen

Übungen, Tipps und Informationen, Kurzbroschüre D 1040 gratis

### Im Beruf auf den Beinen

Broschüre D 3016 gratis

### Gelenk-Schutz

Broschüre D 350 gratis

### Ihren Gelenken zuliebe

10 Prinzipien zum Gelenkschutz, Faltblatt D 3050 gratis

### Alles im grünen Bereich

Gartenarbeit leicht und sicher, Kurzbroschüre D 1070 gratis

## Hilfsmittel

### Hilfsmittel – Kleine Helfer, grosse Wirkung

Katalog D 003 gratis

## Ernährung

### Ernährung

Buch D 430 CHF 15.–

## Rheumatische Krankheiten allgemein

### Medikamente

Broschüre D 303 gratis

### Komplementärmedizin

Broschüre D 3004 gratis

### Rheuma-Schmerzen aktiv lindern

Buch D 470 CHF 25.–

### Entzündliches Rheuma

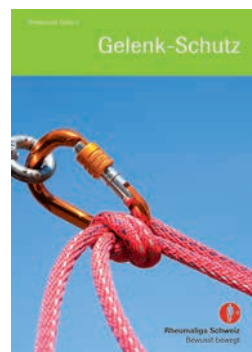
Broschüre D 3014 gratis

### Leben und Lieben mit Rheuma

Broschüre der Deutschen Rheuma-Liga D 801 gratis

### Chronisch krank – was leisten die Sozialversicherungen?

Leitfaden der Krebs-, Lungen- und Rheumaliga Schweiz und der Schweizerischen Diabetes-Gesellschaft D 9009 CHF 25.–



## Arthrose

<b>Arthrose</b> Broschüre	D 301	gratis
<b>bleiben Sie fit und beweglich!</b> 12 Übungen, Faltblatt	D 1001	gratis
<b>Bewegungsübungen</b> Buch	D 401	CHF 15.–

## Rückenschmerzen

<b>Ihrem Rücken zuliebe</b> Faltblatt	D 1030	gratis
<b>Rückenschmerzen</b> Broschüre	D 311	gratis
<b>Rückenschmerzen auf türkisch</b>	TR 3101	gratis
<b>Rückenschmerzen auf albanisch</b>	AL 3101	gratis
<b>Rückenschmerzen auf serbisch / kroatisch / bosnisch</b>	SKB 3101	gratis



## Osteoporose

<b>Osteoporose</b> Broschüre	D 305	gratis
<b>Aktiv gegen Osteoporose</b> Übungen für Muskeln und Knochen, Faltblatt	D 1025	gratis

## Rheumatoide Arthritis (chronische Polyarthritis)

<b>Rheumatoide Arthritis</b> Broschüre	D 341	gratis
<b>Rheumatoide Arthritis (Ein Handbuch für Betroffene)</b> Buch der Schweizerischen Polyarthritiker-Vereinigung und der Rheumaliga Schweiz	D 542	CHF 15.–
<b>Mit Bewegung durch den Tag</b> Kalender der Schweizerischen Polyarthritiker-Vereinigung	D 942	CHF 10.–
<b>Schweizerische Polyarthritiker-Vereinigung</b> Kurzinformation	D 541	gratis
<b>Rheumatoide Arthritis und Schwangerschaft</b> Monika Østensen, Inselspital	D 940	CHF 5.–
<b>Schwangerschaft bei der juvenilen idiopathischen Arthritis und dem Still-Syndrom des Erwachsenen</b> Monika Østensen, Inselspital	D 943	CHF 5.–



## Morbus Bechterew

### Morbus Bechterew Krankheit

Buch der Schweizerischen Vereinigung Morbus Bechterew D 553 CHF 20.–

### Morbus Bechterew Therapie

Buch der Schweizerischen Vereinigung Morbus Bechterew D 552 CHF 20.–

### Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew

Kurzinformation D 551 gratis

### Schwangerschaft bei Morbus Bechterew

Monika Østensen, InseleSpital D 950 CHF 5.–

### Leben mit Morbus Bechterew. Betroffene geben Auskunft

Karin Werner, Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew D 554 CHF 25.–

### Gesund und Gut essen. Ernährung bei Morbus Bechterew

Buch der Schweizerischen Vereinigung Morbus Bechterew D 555 CHF 25.–

## Lupus und andere Kollagenosen

### Systemischer Lupus erythematosus

Broschüre D 361 gratis

### Schweizerische Lupus-Erythematodes-Vereinigung

Kurzinformation D 561 gratis

### Lupus und Schwangerschaft

Monika Østensen, InseleSpital D 963 CHF 5.–



## Fibromyalgie

### Fibromyalgie

Broschüre D 371 gratis

### Schweizerische Fibromyalgie-Vereinigung

Kurzinformation D 571 gratis

## Kinder / Jugendliche / Eltern

### Junge Menschen mit Rheuma

Kurzinformation D 581 gratis

### Arthritis bei Kindern

Broschüre der Rheumaliga Schweiz und des Luzerner Kantonsspitals D 3015 gratis

### Eltern-Sein mit Rheuma – Leitfaden und praktischer Ratgeber

Monika Østensen und Lydia Fuhrer D 981 CHF 25.–

### Zentrum für Mütterberatung und Familienplanung bei Rheuma-Erkrankungen

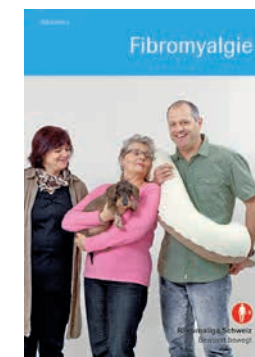
Kurzinformation D 882 gratis

### Gelenkig – Ein Rheumabuch für Kinder

Silvia Wiedebauch und Gerd Ganser D 880 gratis

### Das rheumakranke Kind in der Schule

Broschüre der Deutschen Rheuma-Liga D 881 gratis



## Weitere rheumatische Krankheiten

---

### **Polymyalgia rheumatica**

Broschüre D 391 gratis

---

### **Psoriasis-Arthritis**

Broschüre D 392 gratis

---

### **Publikationen der Rheumaliga Schweiz**

Vorliegende Broschüre D 001 gratis

---

Preisänderungen vorbehalten.



Ihre Experten für  
rheumatische Krankheiten

—

Rheumaliga Schweiz  
Josefstrasse 92  
8005 Zürich

Tel. 044 487 40 00  
Fax 044 487 40 19  
info@rheumaliga.ch  
www.rheumaliga.ch



**Rheumaliga Schweiz**  
Bewusst bewegt





Absender:

---

---

---

---

Bitte  
frankieren



**Rheumaliga Schweiz**  
Bewusst bewegt

Rheumaliga Schweiz  
Josefstrasse 92  
8005 Zürich