

## Liste mit hilfreichen Links für junge Rheumatiker

### Wissenswertes zum Übergang in die Erwachsenenmedizin

- <http://mein-rheuma-wird-erwachsen.de> (Deutsche Rheuma Liga Bundesverband e.V.)  
*Interaktive Plattform speziell für junge Rheumatiker. U.a. erzählen Betroffene – so genannte Peers - ihre eigene Übergangs-Geschichte und beantworten Fragen.*

### Wissen rund um entzündliche rheumatische Erkrankungen

- <http://www.rheuma-liga.de> (Deutsche Rheuma Liga Bundesverband e.V.)  
*Informationen für Patienten und Eltern u.a Krankheitsbilder, Therapie, Anlaufstellen, Gruppen- und Beratungsangebote, Datenbank mit Versorgungslandkarte, Forum deutsche Rheumaliga zum Erfahrungsaustausch*
- <http://dgrh.de/patienten.html> (Deutsche Gesellschaft für Rheumatologie)  
*Informationen zu den verschiedenen rheumatischen Krankheitsbildern, aktuelle Infos für Patienten, Rheuma-Check*
- <http://www.gkjr.de/34.html> (Gesellschaft für Kinder- und Jugendrheumatologie)  
*Informationen für Patienten und Eltern u.a. über Krankheitsbilder, Behandlung, Transition, Schulungen und Veranstaltungshinweisen*
- <http://www.kinderrheuma.com/index.php?page=medizinische-aspekte> (Bundesverband Kinderrheuma e.V.)  
*Informationen über medizinische Aspekte, Krankheits- und Alltagsbewältigung, verschiedene Projekte zu Rheuma, u.a das Projekt Transition in dem 2 Fachkräfte zur Beratung zur Verfügung stehen*
- <http://www.printo.it/pediatric-rheumatology/pediatricrheumatology/index.asp?Lingua=Germany&Paese=Germany>  
(International information on paediatric rheuma disease)  
*Informationen zu kinderrheumatischen Erkrankungen, existierenden Kinderrheumazentren und Rheumaselbsthilfegruppen in verschiedenen europäischen Ländern in der jeweiligen Landessprache*
- <http://www.rheumakids.de/index.php?id=35> (Deutsche Kinderrheuma-Stiftung)  
*Informationen zum kindlichen Rheuma (was ist Rheuma, was gibt es Neues in Medizin und Behandlung), Tipps für den Alltag in Beruf und Schule, Kontaktbörse (Fragen zu Rheuma an das Rheumateam), Infocenter und Newsletter*
- <http://www.rheuma-online.de> (rheuma-online Verlag GmbH)  
*Rheumatologische Informationsplattform mit umfangreiches Informationsangebot (Lexikon zu rheumatischen Erkrankungen und ihrer Therapie, Rheuma von A-Z, Medikamente, Erfahrungsaustausch)*

## Laborbefunde

- [https://www.gesundheit.gv.at/Portal.Node/ghp/public/content/labor/Labor\\_Einstieg.html](https://www.gesundheit.gv.at/Portal.Node/ghp/public/content/labor/Labor_Einstieg.html)  
(Öffentliches Gesundheitsportal Österreich)  
*Informationen zu Befund, Labor, Laborwerte-Tabelle, Laborwerte A-Z*

## Patientenschulung

- [www.patientenschulung-kompas.de](http://www.patientenschulung-kompas.de) (Kompetenznetz Patientenschulung im Kindes- und Jugendalter e.V. (KomPaS))  
*Informationen zu Schulungsangeboten für alle Altersgruppen und verschiedene Krankheitsbilder*  
Diese website beinhaltet auch Informationen zur ModuS-Transitionsschulung:  
<http://www.kompetenznetz-patientenschulung.de/modus-transitionsschulung/>  
*Schulungsangebot für chronisch kranke Jugendliche zum Wechsel in die Erwachsenenmedizin „Fit für den Wechsel: Erwachsen werden mit Modus“ Transitionsmodul im Modularen Schulungsprogramm ModuS für verschiedenen Indikationen u.a Rheuma, Asthma, Neurodermitis, CED, Diabetes mellitus Typ1*

## Allgemeines Gesundheitsverhalten

### Ernährung

- [www.lecker-ohne.de](http://www.lecker-ohne.de) (büro für reine schönheit GbR)  
*Rezeptdatenbank für spezielle Ernährungsthemen u.a für Rheuma, Diabetes und Allergien*
- [www.gutdrauf.net](http://www.gutdrauf.net) (Bundeszentrale für gesundheitlich Aufklärung)  
*Jugendportal mit Informationen zu Ernährung, Bewegung und Stressregulation*

### Gesunder Lifestyle

- <https://www.gesundheit.gv.at/Portal.Node/ghp/public/content/kids-und-teens.html>  
(Öffentliches Gesundheitsportal Österreich)  
*Informationen für Kinder und Jugendliche u.a zu Gesund leben, Pubertät, Liebe & Sex, Alkohol & Drogen, Internet und Teenager*
- <http://www.lifeline.de/themenspecials/rheuma/> (Das Gesundheitsportal LifeLine)  
*Informationen zu Rheuma: Krankheit, Symptome, Diagnose, Therapien, Medikamente, Beauty & Wellnes, Ernährung und Fitness, Leben & Familie)*
- <http://www.gesundheitswerkstatt.de/gesundheit/allgemein/essen.trinken> (Adipositas Stiftung Deutschland)  
*Wissen rund um spezielle Ernährungsprobleme bei verschiedenen Krankheitsbildern*

### Sexualität und Schwangerschaft

- <https://www.loveline.de/themen/aufregende-jahre.html> (Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung)  
*Jugendportal mit Informationen u.a zu Problemen mit Eltern, Freundschaften, Verhütung, Liebe, Sex, Aussehen, spezielle Infos getrennt für Jungen und Mädchen mit Chatroom*

## Medikamente und Schwangerschaft

- [www.embryotox.de/wirkstoffe.html](http://www.embryotox.de/wirkstoffe.html) (Pharmakovigilanz- und Beratungszentrum für Embryonaltoxikologie, Charité-Universitätsmedizin Berlin)  
*Arzneimittelsicherheit in Schwangerschaft und Stillzeit: Informationen zu Medikamenten, Erkrankungen, Frauen und Psyche*

## Sport

- [www.sportgesundheit.eu/rheuma\\_sport.htm](http://www.sportgesundheit.eu/rheuma_sport.htm) (Sport mit chronischen Krankheiten)  
*Informationen zu Sport und Sauna mit Rheuma*

## Alkohol und Risikoverhalten

- [www.null-alkohol-voll-power.de](http://www.null-alkohol-voll-power.de) (Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung)  
*Informationen zu Wissen (Alkoholwirkung, Aggression, Regeln und Gesetze), Machen (Teste dich, Alkohol Quiz) und Reden (News, Umfrage, Beratung und Hilfe, Sucht- und DrogenHotline, InfoTelefon))*
- [www.kenn-dein-limit.info](http://www.kenn-dein-limit.info) (Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung)  
*Informationen u.a zu Alkohol, Alkoholwirkung, Selbsttest, Change your drinking, Blog, News, Beratungsstellen*

## Krankheits- und Selbstmanagement

### Adressen von internistischen Rheumatologen (Kliniken und Praxen)

- [www.gkjr.de/jugendliche.html](http://www.gkjr.de/jugendliche.html) (Gesellschaft für Kinder- und Jugendrheumatologie)  
*Liste nach Regionen mit internistischen Rheumatologen in der Bundesrepublik*
- [www.versorgungslandkarte.de](http://www.versorgungslandkarte.de) (Deutsche Rheuma-Liga):  
*Suche nach Rheumatologen, Physiotherapeuten, Kliniken, etc.*

### Selbsthilfegruppen

- [www.rheuma-liga.de](http://www.rheuma-liga.de) (Deutsche Rheuma Liga Bundesverband e.V.)  
*Informationen für Patienten und Eltern u.a Krankheitsbilder, Therapie, Anlaufstellen, Gruppen- und Beratungsangebote, Datenbank mit Versorgungslandkarte, Forum deutsche Rheumaliga zum Erfahrungsaustausch*
- [www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de/](http://www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de/) (NAKOS – Nationale Kontakt – und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen)  
*Gruppen finden und gründen, Quiz zu Wissen über die Funktion und Nutzen einer Selbsthilfegruppe*

### Auslandsreisen

- <http://www.apotheken.de/gesundheits-heute-news/article/reisen-als-chronisch-kranker/> (DAN Netzwerk Deutscher Apotheker GmbH):  
*Informationen rund um das Thema Reisemedizin und Reisen als chronisch Kranker*

## Rechtliches und Gesetzliches

- [www.familien-wegweiser.de/wegweiser/stichwortverzeichnis,did=75594.html](http://www.familien-wegweiser.de/wegweiser/stichwortverzeichnis,did=75594.html) / [www.familien-wegweiser.de/wegweiser/Service/leistungen-im-ueberblick.html](http://www.familien-wegweiser.de/wegweiser/Service/leistungen-im-ueberblick.html) (Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend):  
*Familien Wegweiser von A-Z, u.a. Rehabilitationsleistungen nach langer Krankheit, Erwerbsminderungsrente, wichtige Geldleistungen und steuerliche Ermässigungen im Überblick*
- [www.bmg.bund.de/krankenversicherung.html](http://www.bmg.bund.de/krankenversicherung.html) (Bundesministerium für Gesundheit)  
*Informationen zu Gesundheitssystem, Krankenversicherung, Prävention, Pflege*

## Special Websites für Kinder und Jugendliche

- <http://www.between-kompas.de> (Kompetenznetz Patientenschulung im Kindes- und Jugendalter KomPaS e.V)  
*Informationen zum Thema Transition mit WissensQuiz und Schwerpunktthemen zu Karrierestart, Arztwechsel, Gesundheitsverhalten (Ernährung, Bewegung, Alkohol), „Herzensangelegenheiten“ (Liebe, Sex, Familienplanung)*
- <http://www.happy-youth.de> (Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte e.V)  
*Informationen zur Gesundheitsvorsorge, Lifestyle & Pubertät für Jungen und Mädchen*
- <https://geton.rheuma-liga.de> (Deutsche Rheuma-Liga)  
*Erfahrungsberichte, Möglichkeiten zum Austausch und viele Tipps rund um den Alltag mit Rheuma u.a. Forum, Newsletter, Rheumafoon, Onlineberatung, Medikamentenführer, Transition, Checkliste für den Wechsel zum Erwachsenenrheumatologen*

## Psychosoziales

### Berufliche Orientierung

- [www.berufenet.arbeitsagentur.de](http://www.berufenet.arbeitsagentur.de) (Bundesagentur für Arbeit)
- [www.kinderrheuma.com/soziales](http://www.kinderrheuma.com/soziales) (Bundesverband Kinderrheuma e.V)
- [www.behinderung-und-studium.de](http://www.behinderung-und-studium.de) (Bundesarbeitsgemeinschaft für Behinderung und Studium)
- [www.ausbildungplus.de](http://www.ausbildungplus.de) (Bundesministerium für Forschung und Bildung)
- [www.berufswahl.de](http://www.berufswahl.de) (Bundesagentur für Arbeit)
- [www.studienwahl.de](http://www.studienwahl.de) (Bundesagentur für Arbeit)
- [www.planet-beruf.de](http://www.planet-beruf.de) (Bundesagentur für Arbeit)

### Radiosendung zum Thema „chronisch krank im Beruf“

- [www.br.de/radio/bayern2/sendungen/notizbuch/chronisch-krank-beruf-100.html](http://www.br.de/radio/bayern2/sendungen/notizbuch/chronisch-krank-beruf-100.html)

### Schwerbeschädigtenausweis

- [www.vdk.de](http://www.vdk.de) (Sozialverband VDK Deutschland)
- [www.integrationsaemter.de](http://www.integrationsaemter.de) (BIH Forum – Behinderung und Beruf)
- [http://www.versorgungsaemter.de/Versorgungsaemter\\_index.htm](http://www.versorgungsaemter.de/Versorgungsaemter_index.htm) (Ortsverzeichnis für Deutschland)

### Nachteilsausgleich

- [http://foerderung.bildung-rp.de/fileadmin/user\\_upload/foerderung.bildung-rp.de/Erkrankungen/Chronische/Rheuma\\_und\\_Schule.pdf](http://foerderung.bildung-rp.de/fileadmin/user_upload/foerderung.bildung-rp.de/Erkrankungen/Chronische/Rheuma_und_Schule.pdf) (Deutsche Rheuma-Liga Landesverband Rheinlandpfalz e.V)  
*Informationen über die Auswirkungen der Erkrankung auf den Schulalltag und Möglichkeiten der Hilfestellung - Nachteilsausgleiche*
- <http://www.rheuma-liga-nrw.de/DE/Start/Service-Fachgruppen/Ausbildungsstaetten/Hinweise/Ausbildungsstaetten.php> (Deutsche Rheuma-Liga Nordrheinwestfalen e.V)  
*Maßnahmen in Schule und Unterricht und bei der individuellen Arbeitsplatzorganisation, Verwendung von Hilfsmitteln, Alternative Leistungserfassung in der Schule, Geh- und Augenbeeinträchtigung*
- [http://www.familienratgeber.de/schwerbehinderung/ueberblick\\_nachteilsausgleiche/](http://www.familienratgeber.de/schwerbehinderung/ueberblick_nachteilsausgleiche/) (Aktion Mensch der ZDF Fernsehlotterie)  
*Familienratgeber u.a mit Überblick über Nachteilsausgleich (z.B Steuerfreibeträge, Bauen, Freifharten, Parkerleichterung), Schwerbehindertenausweis, Reha & Therapie*