dmsg
Deutsche
Multiple Sklerose
Gesellschaft
Landesverband
Niedersachsen e.V.

DMSG
– Was wir tun

Der Landesverband Niedersachsen der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft stellt sich vor













Editorial

Liebe Mitglieder, Fördernde und Befreundete der DMSG Niedersachsen,

die chronische Erkrankung Multiple Sklerose kann jeden treffen – diese Realität bleibt. Die Diagnose MS kommt oft überraschend und verändert Pläne, Träume und den Alltag. Viele fragen sich:

- Wie kann ich den Verlauf positiv beeinflussen und gut leben?
- Wie gestalte ich meine Zukunft trotz MS selbstbestimmt?
- Welche Unterstützung gibt es – und wie begleitet mich die DMSG Niedersachsen dabei?

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen die DMSG Niedersachsen näherbringen und zeigen, wie vielfältig unsere Unterstützung ist. Wir stehen Menschen mit MS und ihren Angehörigen mit individueller Beratung, persönlichen Begegnungen und einem starken Netzwerk in Niedersachsen zur Seite.

Unser Beratungsangebot sorgt dafür, dass Sie kompetent begleitet werden. In sechs Beratungsstellen und weiteren Außensprechstunden stehen Ihnen unsere sozialpädagogischen Fachberaterinnen vor Ort zur Seite. Beratungen erfolgen in Präsenz, aber selbstverständlich auch virtuell oder telefonisch.

Darüber hinaus bieten mehr als 80 Kontaktgruppen Raum zum Austausch und zur gegenseitigen Unterstützung. Unsere Betroffenenberaterinnen sind außerdem telefonisch für Sie da – ein direkter Austausch mit Menschen, die ähnliche Wege gehen.

Als DMSG Niedersachsen setzen wir uns seit Jahrzehnten mit Herz und Sachverstand dafür ein, dass die Anliegen von Menschen mit MS gehört werden, ihre Interessen vertreten werden und das Bewusstsein für die Lebensrealität chronisch erkrankter Menschen in der Gesellschaft wächst. Wir bleiben



auch künftig genauso engagiert – darauf können Sie sich verlassen!

Wir hoffen, diese Broschüre gibt Ihnen einen klaren Überblick über unsere Arbeit und zeigt: Sie sind bei der DMSG Niedersachsen gut aufgehoben. Unterstützen Sie unser Engagement gerne durch Ihre Mitgliedschaft oder eine Spende.

Für Fragen oder ein persönliches Gespräch sind wir jederzeit für Sie da. Wir freuen uns auf den Austausch mit Ihnen.

Herzliche Grüße

Ihre Anja Grau
Geschäftsführerin der DMSG Niedersachsen



4
Multiple Sklerose – eine Diagnose mit weitreichenden Folgen



12
Sozialberatung im Landesverband



24
Junge DMSG – Gemeinsam den Alltag mit MS gestalten



43
MS – eine Herausforderung für den gesamten Menschen

Inhalt

2 Editorial

4 Multiple Sklerose – eine Diagnose mit weitreichenden Folgen

8 Wissen hilft weiter

10 DMSG – Gute Gründe für Ihre Verbandsmitgliedschaft

12 Sozialberatung im Landesverband

16 MS und Nachwuchs?

17 Betroffene beraten

18 Beitrittserklärung

19 Wir sind für Sie da

20 Darum sind Kontaktgruppen wichtig

24 Junge DMSG – Gemeinsam den Alltag mit MS gestalten

25 Unterstützung für Angehörige

28 Essen und Trinken bei Multiple Sklerose – (k)eine Besonderheit?

32 Logopädie kann Ihnen helfen

34 Therapieeinsatz bei MS

41 Mein Sport – Sport und MS – motiviert und tut gut

43 MS – eine Herausforderung für den gesamten Menschen

46 Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung

47 MS trifft Menschen mitten im Leben

48 Förderkreis MS

49 Forschung – die Perspektive von Menschen mit MS zählt

51 Impressum

Multiple Sklerose – eine Diagnose mit weitreichenden Folgen



Die DMSG Niedersachsen – ein Selbsthilfeverband, der Menschen mit MS begleitet und unterstützt.

Die Diagnose Multiple Sklerose (MS) bedeutet für viele Menschen einen unerwarteten Einschnitt in ihr Leben. Sie löst häufig Verunsicherung, Ängste und viele Fragen aus. Neben medizinischen Aspekten stellen sich oft auch Fragen zum Alltag, zum Beruf, zu sozialrechtlichen Ansprüchen oder zur persönlichen Lebensgestaltung.

Als eine der ersten Anlaufstellen steht Ihnen die Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG) zur Seite. Seit mehr als 60 Jahren engagiert sich die DMSG bundesweit für Menschen mit MS und ihre Angehörigen. Heute ist sie mit 16 Landesverbänden ein verlässlicher Ansprechpartner in allen Fragen rund um die Erkrankung.

Ein umfassendes Netzwerk aus Beratung, Selbsthilfe und Unterstützung begleitet Menschen mit MS in unterschiedlichen Lebenssituationen. Die DMSG ist ein fester Bestandteil der Versorgungslandschaft im Sozial- und Gesundheitswesen. Durch die enge Zusammenarbeit mit medizinischen, therapeutischen und sozialen Einrichtungen können Betroffene schnell und kompetent unterstützt werden.

Die DMSG Niedersachsen ist

- **sachkundig**
  Sie bietet fundierte Informationen sowie individuelle Beratung zu Diagnose, Therapie sowie zu sozialrechtlichen, psychosozialen und weiteren Fragen rund um das Leben mit MS.

- **unabhängig**
  Die DMSG, Landesverband Niedersachsen e. V. ist ein gemeinnütziger und unabhängiger Selbsthilfeverband ohne wirtschaftliche Interessen.

- **einfühlsam**
  Unsere hauptamtlichen Mitarbeitenden und ehrenamtlich Engagierten begleiten Menschen mit MS und ihre Angehörigen mit Empathie. Sie bringen langjährige Erfahrung in der Begleitung von Menschen mit MS oder persönliche Erfahrungen mit der Erkrankung ein.

- **engagiert**
  Wir setzen uns für die Verbesserung der Lebensqualität von Menschen mit MS und für ihre gleichberechtigte gesellschaftliche Teilhabe ein.

- **vernetzt**
  Wir fördern den Austausch zwischen Menschen mit MS und schaffen Möglichkeiten, sich miteinander zu vernetzen, Erfahrungen zu teilen und gegenseitig zu unterstützen – sowohl digital als auch vor Ort.

- **flexibel**
  Ergänzend zu unseren bewährten Angeboten bieten wir Beratungen sowie zahlreiche Vorträge und Seminare auch digital an.

Beratung in Niedersachsen

In Niedersachsen leben schätzungsweise rund 30.000 Menschen mit Multipler Sklerose. Auch Angehörige und das persönliche Umfeld sind häufig unmittelbar von der Erkrankung betroffen. Deshalb stehen unsere Beratungsangebote auch ihnen offen.

Unsere Mitarbeitenden in der Sozialberatung unterstützen unter anderem bei:

- sozialrechtlichen Fragen im Rahmen des Sozialgesetzbuches (SGB)
- medizinischen und rehabilitativen Maßnahmen (z. B. Klinikaufenthalten oder Hilfsmitteln)
- Wohnfragen
- medizinisch-therapeutischen Fragestellungen
- vielen weiteren Themen rund um das Leben mit MS

>>

> „Ich bin gerne Mitglied der DMSG, weil Betroffene wie ich hier sowohl fundierten Rat und Hilfe vom Verband als auch persönliche Nähe zu anderen Betroffenen finden."
>
> Sabine, 73 Jahre

35 JAHRE PRO WALK

Stolpern war gestern –
AKTIV BLEIBEN
trotz Fußheberschwäche!



Fußheberschwäche kann den Alltag erheblich einschränken. ProWalk unterstützt Sie dabei, wieder sicher und selbstbestimmt unterwegs zu sein - mit modernen Versorgungslösungen, individueller Beratung und langjähriger Erfahrung.

Nutzen Sie unsere spezialisierte Sprechstunde!

In einem persönlichen Gespräch analysieren wir Ihre Situation und zeigen Ihnen für Sie passende Hilfsmittel und Lösungen.

Mehr Sicherheit. Mehr Bewegung. Mehr Lebensqualität.

www.prowalk.de

Darüber hinaus engagieren sich in Niedersachsen rund 80 DMSG-Kontaktgruppen. Sie werden von unseren Beratungsstellen begleitet und bieten die Möglichkeit zum persönlichen Austausch mit anderen Betroffenen. Informationen zu den einzelnen Gruppen sowie den Ansprechpersonen erhalten Sie in unseren Beratungsstellen.

> Die DMSG Niedersachsen ist für mich ein Ort, an dem ich Halt und Wissen finde, mich auf Augenhöhe austauschen kann und vor allem nie der Spaß zu kurz kommt.
>
> Katha, 36 Jahre

Ein großes Netzwerk für eine starke Gemeinschaft

Mit unserer Sozialberatung, regelmäßigen Außensprechstunden und Betroffenenberater*innen sind wir in ganz Niedersachsen persönlich für Sie da – nach der Diagnose, bei neuen Fragen oder wenn Unterstützung benötigt wird.

Ein besonderes Merkmal der DMSG Niedersachsen ist die aktive Mitgestaltung durch Menschen mit MS. Sie bringen ihre Erfahrungen in unsere Beratungsangebote, Kontaktgruppen und die Verbandsarbeit ein und prägen unsere Arbeit entscheidend mit.

Bei Bedarf vermitteln wir auch den Kontakt zu spezialisierten Fachleuten und weiteren Unterstützungsangeboten.



DIE CARBONHAND® – FÜR MICH EIN BISSCHEN WIE MAGIE

Wenn bei Multipler Sklerose die Handkraft nachlässt, können selbst einfache Handgriffe zur Herausforderung werden. Bärbel G. erzählt, wie sie mit der Carbonhand® verlorene Möglichkeiten im Alltag zurückgewonnen hat.



Anwendungsbeispiel der Carbonhand.
Es besteht kein Zusammenhang mit dem Interview

Frau G., bei welchen Tätigkeiten haben Sie besonders gemerkt, dass Ihnen die Kraft in der Hand fehlt?
Bei vielen täglichen Dingen. Ich konnte kaum selbst spülen oder essen und auch das Putzen in der Küche war schwierig. Besonders habe ich es beim Essen gemerkt, weil ich das Besteck nicht richtig halten konnte. Auch beim Anziehen und beim sicheren Halten meiner Gehhilfen fehlte mir die Kraft.

Wie sind Sie auf die Carbonhand aufmerksam geworden?
Ich habe sie im Internet entdeckt und bin dann gezielt auf die REHAB gefahren, um sie auszuprobieren. Der Soforterfolg war für mich unfassbar. Wenn die Beweglichkeit noch da ist, aber die Kraft fehlt, fühlt es sich mit der Carbonhand fast wieder normal an. Man zieht sie an, schaltet sie ein und kann die Kraft wieder abrufen.

Was hat sich dadurch in Ihrem Alltag verändert?
Ich kann meine Gehhilfen wieder sicher benutzen, normal essen und Essen zubereiten. Viele alltägliche Dinge kann ich wieder erledigen, ohne zusätzliche Hilfsmittel zu benötigen.

Wie haben Sie sich an die Carbonhand gewöhnt?
Sehr schnell. Ich musste kein aufwendiges Training absolvieren. Der Handschuh ist bequem und die Bedienung intuitiv. Für mich ist es inzwischen fast wie morgens eine Brille aufzusetzen.

Was würden Sie anderen Menschen mit MS sagen, die überlegen, die Carbonhand zu testen?
Probiert sie aus. Wenn man seit Jahren gewohnt ist, mit der Hand kaum noch etwas machen zu können, und dann plötzlich wieder Kraft hat, ist das ein besonderes Gefühl. Für mich war es am Anfang tatsächlich ein bisschen wie Magie.

Jede MS-Erkrankung verläuft anders. Entscheidend ist deshalb, welche Fähigkeiten noch vorhanden sind und welche Unterstützung im Alltag benötigt wird. Die Carbonhand® lässt sich individuell anpassen und gezielt dort einsetzen, wo zusätzliche Greifkraft gebraucht wird.



DAS MACHT DIE CARBONHAND® BESONDERS:

- **Spürbar mehr Greifkraft** | leichter greifen & sicher halten
- **Wissenschaftlich untersucht** | Studien zeigen signifikante Verbesserungen von Greifkraft, Handfunktion & Greifausdauer
- **Individuell anpassbar** | Ihr Handschuh wird auf Ihre persönlichen Fähigkeiten & Bedürfnisse angepasst
- **Flexibel im Alltag** | Verschiedene Greifmodi für unterschiedliche Tätigkeiten & Anforderungen

MIT DER CARBONHAND® PERSÖNLICHE ALLTAGSZIELE ERREICHEN

Sie ist eine smarte, sensorbasierte Handorthese, die Ihre natürliche Greifkraft gezielt verstärkt.

WELCHE WÜNSCHE & ZIELE HABEN SIE?

Besprechen Sie diese unverbindlich mit unseren Beratern:

+49 921 15 05 341 **info@exxomove.de**

Wissen hilft weiter

Online oder in Papierform? Bei der DMSG Niedersachsen finden Sie beides.

Die Diagnose Multiple Sklerose wirft in vielen Lebensbereichen Fragen auf. Die DMSG bietet ein umfangreiches Informationsangebot, das Betroffene und ihre Angehörigen zuverlässig, verständlich und unabhängig unterstützt. In zahlreichen Broschüren und Informationsblättern finden Sie fundierte Informationen zu medizinischen, sozialrechtlichen und alltagsrelevanten Themen. Die Inhalte werden regelmäßig aktualisiert und um neue Entwicklungen ergänzt.

Auf unserer Website finden Sie aktuelle Informationen rund um die **DMSG Niedersachsen**. Dort erhalten Sie einen Überblick über unsere Sozialberatung, Kontaktgruppen und Betroffenenberater*innen sowie über Veranstaltungen und weitere Angebote. Unser aktuelles Seminarprogramm mit allen Online- und Präsenzveranstaltungen finden Sie auf der gemeinsamen Seminarplattform der **DMSG Nord**.



Außerdem können Sie uns auf unseren Social-Media-Kanälen bei Facebook, Instagram und YouTube begleiten. Auch die Website des **DMSG-Bundesverbandes** bietet zahlreiche Informationen und Services rund um das Leben mit Multipler Sklerose.

Mit der Wissens- und Lernplattform **MS-Wissen** stellt die DMSG umfassende, unabhängige Informationen zu verschiedenen Themen rund um das Leben mit MS zur Verfügung. Interaktive Lernangebote, Videos und praxisnahe Inhalte unterstützen Betroffene und Angehörige dabei, sich fundiert zu informieren.

Ergänzt wird dieses Angebot durch das Verbandsmagazin **aktiv!** mit aktuellen Beiträgen aus Medizin, Forschung, Sozialrecht und Selbsthilfe sowie durch unsere Mitgliederzeitung **WIR Niedersachsen**, die regelmäßig über die Arbeit des Landesverbandes, regionale Veranstaltungen und Neuigkeiten aus Niedersachsen informiert.

Mit **DMSG4me** bietet die DMSG außerdem eine digitale Plattform für Menschen mit MS. Sie unterstützt dabei, den Alltag mit der Erkrankung zu organisieren, individuelle Informationen zu erhalten und passende Angebote der DMSG zu nutzen. DMSG4me bündelt verschiedene digitale Services und begleitet Betroffene sowie ihre Angehörigen auf ihrem persönlichen Weg mit MS.

Weitere Informationen

DMSG Niedersachsen
Beratung, Veranstaltungen und Angebote in Niedersachsen
www.dmsg-niedersachsen.de

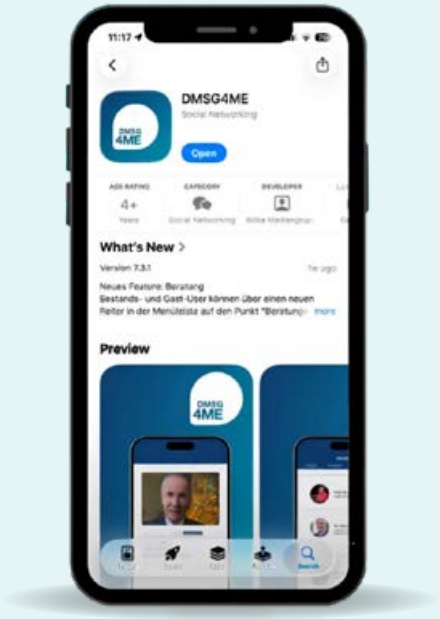
Seminare der DMSG Nord
Seminarprogramm und Online-Anmeldung
www.seminare-dmsg-nord.de

DMSG Bundesverband
Informationen rund um Multiple Sklerose, Forschung und Selbsthilfe
www.dmsg.de

MS Wissen
Die Wissens- und Lernplattform der DMSG
www.ms-wissen.de

DMSG4ME
Die digitale Begleitung für Menschen mit MS und ihre Angehörigen

Einfach im PlayStore oder AppStore runterladen!



Friesland KLINIKEN
Nordwest-Krankenhaus Sanderbusch



Die Friesland Kliniken bieten als Schwerpunktkrankenhaus ein breites und modernes medizinisches Spektrum.

Unsere **Klinik für Neurologie** ist nicht nur im Bereich der Multiplen Sklerose (MS) ein überregionaler Versorger. Unser Leistungsportfolio umfasst unter anderem das komplette Spektrum der leitliniekonformen Diagnostik und Therapie neuroimmunologischer Erkrankungen. Wir betreuen im Jahr ambulant/stationär mehr als 400 MS-Patientinnen und Patienten und sind seit 2018 von der DMSG als **MS-Zentrum** zertifiziert.

- Spezialisierte Neuroimmunologische Ambulanz
- Langjährige Expertise in Diagnostik + Therapie der MS
- Alle Diagnostik- und Therapieoptionen inkl. Immunadsorption
- Große Infusionsambulanz
- Betreuung durch eine zertifizierte MS-Nurse
- Teilnahme an klinischen Studien
- Interdisziplinäre und persönliche Betreuung

Unser Ziel:
Krankheitsaktivität kontrollieren –
Lebensqualität erhalten – Perspektive schaffen

Nordwest-Krankenhaus Sanderbusch
Klinik für Neurologie - Neuroimmunologische Ambulanz
Ltd. Oberarzt Dr. med. Matthias Kaste
Chefarzt Prof. Dr. med. Pawel Kermer

Am Gut Sanderbusch 1 | 26452 Sande
☎ 04422 80 – 1401 | 80 – 1434
✉ neurologie@friesland-kliniken.de
friesland-kliniken.de

DMSG – Gute Gründe für Ihre Verbandsmitgliedschaft



Die DMSG ist Selbsthilfe- und Betreuungsorganisation, Interessen- und Fachverband für MS-Betroffene und steht ihnen zugleich mit vielfältigen Dienstleistungen zur Seite.

Für MS-Betroffene sind das Know-how, die wertvollen Hilfen und Informationen des gemeinnützigen Verbandes, der ausschließlich ihre Interessen vertritt, von besonderem Wert.

Der DMSG Landesverband Niedersachsen e. V. wurde 1983 als einer von 16 Landesverbänden gegründet. Er ist aus dem Sozialwerk Niedersachsen für die Betreuung MS-Kranker hervorgegangen. Heute gehören ihm rund **3.300 Mitglieder** an.



Die DMSG hat demokratische Strukturen. Gegründet vor über 40 Jahren von MS-Erkrankten wählen die Delegierten der DMSG Niedersachsen den ehrenamtlichen Vorstand, der an der Spitze des Verbandes steht. Vor Ort gibt es die engagierten Selbsthilfe- und Kontaktgruppen.

Selbstbestimmt leben und die eigenen Interessen vertreten – diese Ziele verfolgen die Mitglieder. Mitsprache ist dabei von großer Bedeutung. So werden die Anliegen der MS-Betroffenen in die Arbeit des Verbandes eingebracht und gegenüber Politik und Öffentlichkeit vertreten.

Solidarität spielt dabei ebenfalls eine wichtige Rolle. Jedes Mitglied kann die Arbeit des Verbandes aktiv mitgestalten und dazu beitragen, den Interessen von Menschen mit MS eine starke Stimme zu verleihen.

Ihre Vorteile als Mitglied

- **Als DMSG-Mitglied** sind Sie Teil einer der größten Selbsthilfeorganisationen Deutschlands.
- **Als DMSG-Mitglied** werden Ihre Interessen in sozialpolitischen Fragen konsequent und wirksam gegenüber

Politik und Gesellschaft vertreten – mit dem Ziel einer dauerhaften Verbesserung der medizinischen, sozialen und rechtlichen Rahmenbedingungen.

- **Als DMSG-Mitglied** erhalten Sie kompetente, neutrale und vertrauliche persönliche Beratung rund um die MS-Erkrankung sowie Unterstützung in Krisensituationen.
- **Als DMSG-Mitglied** unterstützt Sie unsere Sozialberatung bei sozialrechtlichen Vorverfahren.
- **Als DMSG-Mitglied** profitieren Sie von der bundesweiten Vernetzung des Verbandes.
- **Als DMSG-Mitglied** erhalten Sie viermal jährlich die Verbandszeitschriften **aktiv!** und **WIR Niedersachsen** sowie umfangreiches Informationsmaterial kostenlos.
- **Als DMSG-Mitglied** erhalten Sie gezielte Einladungen zu Vorträgen, Seminaren und Informationsveranstaltungen.
- **Als DMSG-Mitglied** profitieren Sie von vergünstigten Teilnahmegebühren bei Seminaren, Veranstaltungen und Fachtagungen.
- **Als DMSG-Mitglied** können Sie eine DMSG-Kontaktgruppe in Ihrer Nähe besuchen und sich mit anderen Betroffenen austauschen.
- **Als DMSG-Mitglied** können Sie Delegierte wählen und sich selbst als Delegierte*r oder für weitere Verbandsämter zur Wahl stellen.
- **Als DMSG-Mitglied** stärken Sie einen Verband, der sich für die Belange von MS-Betroffenen einsetzt.

Gemeinsam mehr erreichen

Je mehr Mitglieder die DMSG vertritt, desto stärker ist ihre Stimme gegenüber Politik, Verwaltung und Gesellschaft. Mit Ihrer Mitgliedschaft tragen Sie dazu bei, die Interessen von MS-Betroffenen wirkungsvoll zu vertreten und die Lebensbedingungen von Menschen mit MS nachhaltig zu verbessern. ■

Bereits für 50,00 € im Jahr unterstützen Sie die Arbeit der DMSG Niedersachsen und profitieren von den vielfältigen Angeboten des Verbandes.



KLINIK AM HAUSSEE

Fachklinik Feldberg GmbH

- zertifiziertes MS-Rehabilitationszentrum mit über 25 Jahren Erfahrung in der Rehabilitation von Multipler Sklerose
- Ganzheitliche, interdisziplinäre Behandlung durch unsere Fachabteilungen Neurologie, Kardiologie und Psychosomatik
- Sonderkonzepte für Adipositas und Post-Covid
- Angebote für Begleitpersonen
- Vorsorgekur für Pflegende Angehörige mit Pflegekurs
- Medical Wellness & Feiertagsarrangements

Erfahren Sie mehr über Ihre Wunschklinik im schönen Mecklenburg-Vorpommern!

www.klinik-am-haussee.de

E-Mail: info@klinik-am-haussee.de Tel.: 039831 52 414

OXYCARE MEDICAL GROUP
MEMBER OF SOS OXYGENE

Schlaftherapie

Aktion ab 639 €*

AirSense 11 AutoSet
Automatische Druckanpassung



AirMini
Kompaktes CPAP-Reisegerät

ohne Schaum-stoff



zur Website

Sefam Néa Auto+
Mit 24,5 dB(A) besonders leise

Eine **individuell abgestimmte Versorgung** bei **Multipler Sklerose** kann den Alltag unterstützen. Wir beraten Sie persönlich und bieten **passende Hilfsmittel** und **verschiedene Therapiemöglichkeiten** – auch bei Schlafapnoe beraten wir Sie gern.

Preisänderungen / Druckfehler vorbehalten - Abb. können abweichen. *Solange der Vorrat reicht, inkl. MwSt.

OxyCare Medical Group
Zentrale
Holzweide 6, 28307 Bremen
Shop: www.oxycare.eu

Tel. 0421-48 996-6
Fax 0421-48 996-99
kundendienst@oxycare.eu
www.oxycare-gmbh.de

Sozialberatung im Landesverband

Braunschweig – Hannover – Oldenburg – Lüneburg – Osnabrück – Haren

Die Beratung von Erkrankten und Angehörigen ist eine zentrale Aufgabe des DMSG Landesverbandes. In den Beratungsstellen sind hauptamtliche Sozialpädagoginnen Ansprechpartnerinnen für alle Fragen rund um das Thema Multiple Sklerose. Psychologische Fachkräfte auf Honorarbasis ergänzen das Angebot.

Professionelle Beratung
persönlich – menschlich – kompetent

Aktuelle Informationen zur Sozialberatung finden Sie auf unserer Website.

Wissen mindert Angst

Neu-Erkrankte haben einen umfassenden Informationsbedarf, häufig begleitet von massiven Ängsten zum weiteren Verlauf.

Beratungsschwerpunkte: Verarbeitung der Diagnose, Therapiemöglichkeiten, Fragen zu MS und Beruf, Lebensführung und Lebensplanung mit der Erkrankung

Wir helfen, wenn es schwierig wird

Die Verschlechterung der Erkrankung, einhergehend mit einschneidenden Veränderungen der Lebenssituation, ist häufig Anlass für die Kontaktaufnahme von bereits länger Erkrankten mit der Beratungsstelle.

Beratungsschwerpunkte: Probleme in der Alltagsbewältigung, Einschränkung der Arbeitsfähigkeit, Fragen zum Schwerbehindertenausweis, Reha- und Rentenfragen, Hilfs- und Heilmittel, medikamentöse und nicht medikamentöse Therapien, Pflegeversicherung, ambulante Hilfen und stationäre Unterbringung

Angehörige sind mitbetroffen

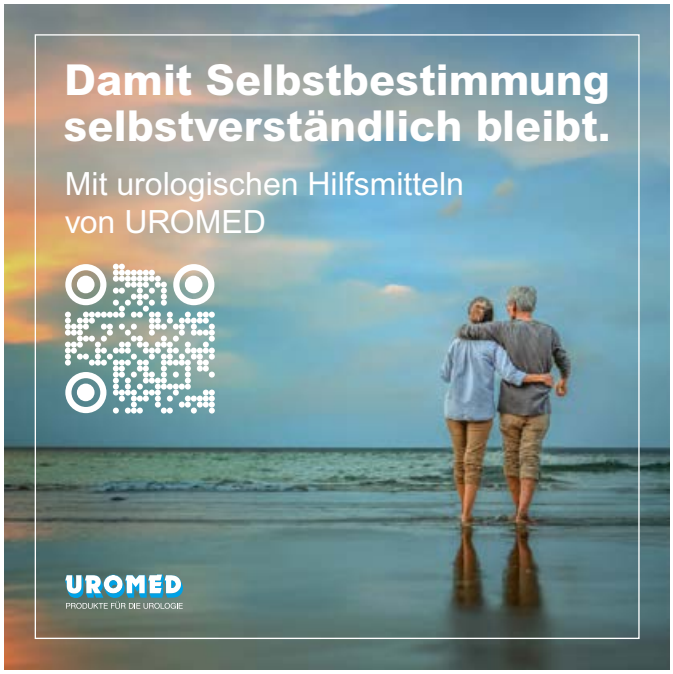
Angehörige wenden sich entweder in eigener Sache oder für ihren erkrankten Angehörigen an die Beratungsstelle.

Beratungsschwerpunkte in eigener Sache: Unsicherheit im Umgang mit der erkrankten Person, Überforderung mit der häuslichen Pflegesituation, problematische Veränderung der Alltags- und Lebenssituation von Lebensgemeinschaften und Familien (psychosozial und/oder finanziell)

Wir machen uns stark für MS-Kranke und setzen uns für die Verbesserung der Lebensqualität und eine möglichst lange selbstständige Lebensführung mit MS und trotz MS ein.

Wir fördern die Hilfe zur Selbsthilfe und begleiten und unterstützen die örtlichen MS-Kontaktgruppen. **>>**







Wir geben der MS eine Stimme und informieren vor Ort die Öffentlichkeit über das Krankheitsbild MS. Das Wissen darüber baut Vorurteile ab und fördert den Integrationsprozess.

Wir organisieren Gesprächsreihen für Erkrankte und Angehörige, Vortragsveranstaltungen, Patientenforen und Seminare.

Jeder Euro hilft MS-Kranken. Wir sind aktiv in der Durchführung von Benefizveranstaltungen. Mit dem Spendenerlös finanzieren wir unsere vielfältigen Hilfsangebote für MS-Erkrankte. ■

Wir sind für Sie da – wir bieten in ganz Niedersachsen Sozialberatung an!

Regional vertreten: Hannover, Braunschweig, Weser-Ems, Lüneburg und Osnabrück

Landesverband Niedersachsen

Engelbosteler Damm 104
30167 Hannover
Telefon 0511 703338
Telefax 0511 708981
E-Mail: info@dmsg-niedersachsen.de

Sozialberatung Landkreis Emsland

Nikolausweg 12
49733 Haren
Tel.: 05932 5444
Fax: 05932 997678
E-Mail: info@dmsg-emsland.de



Die aktuellen Sprechzeiten unserer Sozialberatung finden Sie auf unserer Website

Richtung: Zukunft

Gemeinsam den richtigen Weg mit MS finden



MAT-DE-BRI-0040

Weitere Informationen finden Sie in den Patientenhandbüchern.

Disclaimer: Der QR Code verweist auf eine externe Seite, auf deren Inhalt Neuraxpharm keinerlei Einfluss hat und nur der Herausgeber verantwortlich ist.

NEURAXPHARM®
Ihr ZNS Spezialist

MS und Nachwuchs?



Die Entscheidung, ein Baby zu bekommen, gehört zu den wichtigsten Entscheidungen im Leben. Kaum eine andere berührt uns tiefer und hat so weitreichende Auswirkungen. Es lohnt sich daher, sich frühzeitig mit dem Thema auseinanderzusetzen und die Familiengründung gut zu planen.

Das gilt umso mehr, wenn eine chronische Erkrankung eine Rolle spielt. Bei der Frage „MS und Familiengründung“ geht es heute glücklicherweise nicht mehr in erster Linie um das Ob, sondern um das Wie.

Deshalb hat die DMSG das bundesweite Projekt „Plan Baby bei MS“ ins Leben gerufen. Es bietet Menschen mit MS und Kinderwunsch eine unabhängige Beratung durch speziell geschulte Fachkräfte in den 16 Landesverbänden. Zum Netzwerk gehören Ärzt*innen, Hebammen, Sozialarbeiter*innen und weitere Fachleute, die eng zusammenarbeiten und umfassend zu den Themen Kinderwunsch, Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft mit MS beraten.

Die DMSG Niedersachsen ist eingebunden in dieses Netzwerk. Gerne vermitteln wir den Kontakt zu den geeigneten Ansprechpersonen.

Darüber hinaus stehen wir Ihnen mit unserer sozialpädagogischen Fachberatung und unseren Erfahrungen zur Seite – bei Fragen rund um Kinderwunsch, Schwangerschaft und das Leben als Eltern mit MS.

Ausführliche Informationen finden Sie auch in unserer Broschüre „Plan Baby bei MS“. Sprechen Sie uns gerne an. ■



selenase® 200XXL

Immunsystem. Zellschutz. **Lebensqualität.**

1 Tbl. täglich

Nahrungsergänzungsmittel mit Natriumselenit-Pentahydrat als anorganisches Selen.

wir forschen we care biosyn
www.biosyn.de

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden. Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise sind von großer Bedeutung. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Vor Wärme und Sonneneinstrahlung schützen.

Betroffene beraten



MS-Betroffene beraten ehrenamtlich und bringen ihre persönlichen Erfahrungen ein. Sie stehen telefonisch oder per E-Mail als Ansprechpersonen innerhalb des Beratungsangebots der DMSG Niedersachsen zur Verfügung.

Berger, Jörg
05141 482505
berger@dmsg-niedersachsen.de

Einemann, Matthias
01512 6385179
einemann@dmsg-niedersachsen.de

Friedrichs, Daniela
01520 8986914
friedrichs@dmsg-niedersachsen.de

Grebe-Warmbold, Sabine
05132 1699
grebe-warmbold@dmsg-niedersachsen.de

Hüffermann, Volker
0511 4584818
hueffermann@dmsg-niedersachsen.de

Lantin-Kiesche, Barbara
05121 2859980
lantin-kiesche@dmsg-niedersachsen.de

Reichert, Karen
05362 947890
reichert@dmsg-niedersachsen.de

Rosigkeit, Dietlind
05355 699461
rosigkeit@dmsg-niedersachsen.de

Wagner, Felicitas
05141 54826
wagner@dmsg-niedersachsen.de

Weisenborn, Sebastian
0176 49215337
weisenborn@dmsg-niedersachsen.de

dmsg Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft Landesverband Niedersachsen e.V.

BEITRITTSERKLÄRUNG

Ich erkläre hiermit meinen Beitritt zur:
DMSG – Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft Landesverband Niedersachsen e. V.

Engelbosteler Damm 104, 30167 Hannover
Telefon: 0511 703338
Telefax: 0511 708981
E-Mail: info@dmsg-niedersachsen.de
Internet: www.dmsg-niedersachsen.de

als Mitglied
und zahle einen jährlichen **Mitgliedsbeitrag**

von € _____ **(mindestens € 50,00)**

Info zum ARAG-Rechtsschutz zum Sondertarif für DMSG-Mitglieder **Ja** ☐ **Nein** ☐

Name: _____
Vorname: _____
Geburtsdatum: _____
Straße: _____
PLZ Wohnort: _____
Landkreis: _____
Telefon: (_____) _____
Telefax: (_____) _____
E-Mail: _____
Homepage: _____
MS krank? Ja ☐ Nein ☐
Als Mitglied geworben von: _____

Mit der Weitergabe meiner Daten an eine nahe gelegene Selbsthilfegruppe bin ich einverstanden **Ja** ☐ **Nein** ☐

Zusendung der Mitgliederzeitung per Post **Ja** ☐ **Nein** ☐

DMSG4ME App Registrierung: **Ja** ☐ **Nein** ☐
Hiermit willige ich in die Datenweitergabe ein, damit ich mich in der App DMSG4ME registrieren kann.

Ort, Datum _____ Unterschrift _____

Wir würden uns freuen, wenn Sie uns eine Einzugsermächtigung für Ihr Konto erteilen, damit unser Verwaltungsaufwand so gering wie möglich ist. Herzlichen Dank dafür.

Ermächtigung zum Einzug des Mitgliedbeitrages durch Lastschriften

Hiermit ermächtige ich Sie widerruflich, die von mir zu entrichtende Zahlung des Mitglieds-/Spendenbeitrags bei Fälligkeit zulasten meines Girokontos

Kontoinhaber: _____ IBAN: _____

bei der Bank: _____ (genaue Bezeichnung des kontoführenden Geldinstituts)

durch Lastschrift für das laufende Kalenderjahr einzuziehen. Wenn mein/unser Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens des kontoführenden Geldinstituts keine Verpflichtung zur Einlösung. Teileinlösungen werden im Lastschriftverfahren nicht vorgenommen.

Name und Anschrift des Zahlungspflichtigen: _____

_____

_____ _____

Ort, Datum Unterschrift des Kontoinhabers/der Kontoinhaberin

Ich bin damit einverstanden, dass die o. g. Daten gespeichert und unter Beachtung des Datenschutzgesetzes für die **vereinsinterne** Verwendung (Zeitschriftenversand/Schriftverkehr) verarbeitet werden.

Ort, Datum _____ Unterschrift _____

Wir sind für Sie da



● DMSG-Landesverband
Niedersachsen
Haupt-Geschäftsstelle Hannover

● DMSG-Sozialberatung:

Braunschweig
Hannover
Haren
Lüneburg
Oldenburg
Osnabrück

▲ DMSG-Kontaktgruppen:

Aurich
Bad Bederkesa
Bad Essen
Braunschweig
Buchholz
Burgdorf
Buxtehude
Celle
Cloppenburg
Cuxhaven
Diepholz
Dörverden
Gehrden
Georgsmarienhütte
Goslar
Göttingen
Hagen a.T.W.
Hannover
Haren
Helmstedt
Hildesheim
Holzminden
Laatzen
Langenhagen
Leer
Lehrte
Lingen
Lüchow
Lüneburg
Meppen
Oldenburg
Osnabrück
Osterholz
Osterode
Peine
Quakenbrück
Rotenburg
Salzgitter
Stadthagen
Twist
Uelzen
Varel
Wallenhorst
Werlte
Winsen (Luhe)
Wilhelmshaven
Wittingen
Wittmund
Wolfenbüttel
Wolfsburg
Wunstorf
Zeven

● Monatliche Außensprechstunden:

Buchholz i.d.N.
Göttingen
Goslar
Leer
Sande
Uelzen
Verden
Wilhelmshaven

Darum sind Kontaktgruppen wichtig

Wenn Menschen mit Multipler Sklerose sich mit anderen Betroffenen austauschen möchten, bieten die DMSG-Kontaktgruppen einen geschützten Raum dafür. In den Selbsthilfegruppen treffen Menschen mit ähnlichen, aber auch ganz unterschiedlichen Erfahrungen aufeinander. Der Austausch auf Augenhöhe hilft dabei, die eigene Erkrankung realistisch und ohne Dramatisierung oder Verharmlosung einzuordnen.

Wer selbst von MS betroffen ist, versteht die Herausforderungen des Alltags oft ohne viele Erklärungen. Erfahrungen können geteilt, Fragen beantwortet und gegenseitige Unterstützung geleistet werden. Der Austausch eröffnet neue Perspektiven, stärkt das Selbstvertrauen und zeigt, dass niemand mit der Erkrankung allein ist. Nicht selten entstehen dabei auch Freundschaften.

> „Die DMSG bedeutet für mich Gemeinschaft, bei der jeder/jede für den anderen da ist."
>
> Martin, 38 Jahre

Neben den regelmäßigen Gruppentreffen organisieren viele Kontaktgruppen gemeinsame Aktivitäten, die auf die Bedürfnisse von Menschen mit MS abgestimmt sind. Geleitet werden die Gruppen von ehrenamtlich Engagierten, die vom Landesverband begleitet, unterstützt und qualifiziert werden.

In Niedersachsen gibt es rund 80 DMSG-Kontaktgruppen, die sich über neue Mitglieder freuen. Sollte keine passende Gruppe in Ihrer Nähe bestehen, unterstützen der Landesverband und die Beratungsstellen Sie gerne bei der Gründung einer neuen Kontaktgruppe.

Die Kontaktgruppe Göttingen stellt sich vor

Seit Mai 2025 darf ich die Leitung der DMSG-Kontaktgruppe Göttingen übernehmen, nachdem Judith Kalinowski dieses Amt viele Jahre mit großem Engagement ausgefüllt hat. Für ihren Einsatz bin ich sehr dankbar und freue mich, die Gruppe gemeinsam mit unseren Mitgliedern weiterzuentwickeln.

Ein erster Schritt war die Anpassung der Treffzeiten. Gemeinsam haben wir neue Termine vereinbart, die den Bedürfnissen der Teilnehmenden besser entsprechen. Heute treffen wir uns regelmäßig zweimal im Monat: zum Austausch im Café Botanik sowie zum gemeinsamen Frühstück in der Feinbäckerei Ruch. So schaffen wir unterschiedliche

Möglichkeiten, miteinander ins Gespräch zu kommen und Erfahrungen rund um das Leben mit Multipler Sklerose zu teilen.

Ein weiterer Meilenstein war die Gründung der Jungen MS-Gruppe im November 2025. Sie richtet sich an Betroffene bis 30 Jahre und bietet einen geschützten Raum für Themen, die besonders in Ausbildung, Studium, Berufseinstieg oder bei der Familienplanung bewegen. Die positive Resonanz zeigt, wie wichtig ein altersgerechtes Angebot innerhalb der Selbsthilfe ist.



Im Januar 2026 konnte unsere Kontaktgruppe auf ihr 30-jähriges Bestehen zurückblicken. Dieses Jubiläum feierten wir am 5. September 2026 mit einer Jubiläumstagung, zu der wir Mitglieder, Angehörige, Interessierte und Wegbegleiter herzlich eingeladen hatten. Drei Jahrzehnte gelebte Selbsthilfe stehen für Zusammenhalt, gegenseitige Unterstützung und den offenen Austausch – Werte, die unsere Kontaktgruppe auch in Zukunft prägen werden.

Mathias Düring
Kontaktgruppenleiter
der DMSG-Kontaktgruppe Göttingen
ms-gruppe-goettingen@web.de
www.msgruppegoettingen.org

>>

Asklepios Klinik Schildautal Seesen:
Therapiehündin Lotte hilft schwerkranken Patient:innen

Therapiehunde sind immer noch etwas Besonderes in Kliniken, sie helfen, beruhigen, sind unter anderem gut bei der Betreuung von schwerkranken Patient:innen. „Lotte“, eine Doodle-Hündin, eine Mischung aus Pudel und anderen Hunderassen, ist offiziell „Therapiebegleithündin“ in der Asklepios Klinik Schildautal Seesen. Dort wird Lotte vorwiegend Patient:innen der Neurologischen Frührehabilitation (NFR) mit begleiten, mit im Team betreuen.

Immer dabei: „Herrchen“ und Chef, Dr. med. Ralph Thinius, Chefarzt der NFR und der Klinik für Neurologie in der Asklepios Klinik Schildautal Seesen.

Asklepios Klinik Schildautal Seesen
Karl-Herold-Straße 1
38723 Seesen
Tel.: +49 5381 74-0
www.asklepios.com/seesen



Lotte im Video:

Eine Angehörige berichtet, wie gut die Hündin einer Patientin half:

Die Kontaktgruppe Hildesheim stellt sich vor

Ein Leben mit Multipler Sklerose (MS) bringt Unsicherheiten und Herausforderungen mit sich. Unsere MS-Kontaktgruppe ist jedoch kein Ort für Trübsal, sondern eine lebendige Gemeinschaft voller Energie und gegenseitiger Unterstützung. Wir können den Verlauf der MS nicht immer beeinflussen, sehr wohl aber, wie wir damit umgehen. Mit einem offenen Ohr, Humor, Engagement und Zusammenhalt geht vieles leichter.

Bei uns treffen sich Menschen, die genau wissen, was die „Erkrankung der tausend Gesichter“ bedeutet. Wir begegnen uns auf Augenhöhe, teilen wertvolle Erfahrungen in dem Umgang mit der Erkrankung und machen uns gegenseitig Mut.

Was uns ausmacht

- **Verständnis ab der ersten Minute:** Kein langes Erklären ist nötig. Wir wissen, was Fatigue und andere Symptome im Alltag bedeuten.
- **Tipps von „Expert*innen in eigener Sache“:** Egal ob es um Therapiemöglichkeiten, Barrierefreiheit, Anträge oder um den Alltag in Familie und Beruf geht – der Erfahrungsschatz der Gruppe hilft oft weiter.
- **Engagement und Aktivitäten:** Selbsthilfe bedeutet bei uns aktives Handeln! Wir organisieren gemeinsame Ausflüge, Workshops mit Fachleuten, Bewegungseinheiten und Öffentlichkeitsarbeit.
- **Ein geschützter Raum:** Vertraulichkeit, Respekt und Offenheit sind unser Fundament. Hier darf alles Platz haben: Sorgen, Ängste und Erfolge.





Unsere Treffen sind bunt und abwechslungsreich. Wir legen Wert darauf, dass alle gestärkt und mit einem Lächeln nach Hause gehen.

Kerstin Krüger
Kontaktgruppenleiterin
der DMSG-Kontaktgruppe Hildesheim
K. Krüger: 0176 24996275
ms.kerstin.krueger@gmail.com
https://dmsg-hildesheim.de/dmsg

Mehr Infos zu unseren Kontaktgruppen finden Sie auf unserer Website.

dmsg-niedersachsen.de/selbsthilfe/kontaktgruppe

MEDIAN
Klinik NRZ Magdeburg

Neurologische Rehabilitation

Von der Beatmung bis zur medizinisch-beruflichen Rehabilitation

kontakt.nrz-magdeburg@median-kliniken.de
Gustav-Ricker-Straße 4, 39120 Magdeburg
+49391 / 610 - 0



AKUTBEHANDLUNG
Intensivstation (Phase B) inklusive Beatmungsentwöhnung (Weaning)

UMFASSENDE REHABILITATION
Stationär
Teilstationär
Medizinisch-berufliche Reha
Ambulante Nachsorge

VIELFÄLTIGE THERAPIEANGEBOTE
Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie und Neuropsychologie

BESONDERE ANGEBOTE
Reha mit Haustier
Therapie mit Robotik & VR-Brille auch nach der Reha ambulant fortführen
Digitale Nachsorge

MEHR ÜBER DAS NRZ
www.median-kliniken.de

Junge DMSG – Gemeinsam den Alltag mit MS gestalten

Die Diagnose Multiple Sklerose wird häufig im jungen Erwachsenenalter gestellt – einer Lebensphase, in der Ausbildung, Studium, Beruf, Partnerschaft oder Familienplanung im Mittelpunkt stehen. Der Austausch mit anderen jungen Menschen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden, kann dabei eine wertvolle Unterstützung sein.

Mit der **Jungen DMSG Niedersachsen** bieten wir jungen Menschen mit MS die Möglichkeit, Kontakte zu knüpfen, Erfahrungen auszutauschen und sich gegenseitig zu unterstützen. Ob bei persönlichen Treffen, gemeinsamen Aktivitäten, Workshops oder Informationsveranstaltungen – im Mittelpunkt stehen der Austausch auf Augenhöhe und das Miteinander.

Aktuell gibt es **vier regionale Gruppen** der Jungen DMSG in **Hannover, Wolfsburg, Osnabrück und Göttingen**. Sie treffen sich regelmäßig und freuen sich über neue Mitglieder. Ergänzt werden die Angebote durch Seminare, Vorträge und weitere Veranstaltungen zu Themen, die junge Menschen mit MS bewegen – beispielsweise Beruf und Studium, Ernährung, Bewegung oder Familienplanung.

Seit 20 Jahren Symptomlinderung mit dem MEDIWAVE 7000 in der Reha oder zu Hause

Ziele:
- Verbesserung der Körperwahrnehmung
- Lösung von Spasmen
- Verbesserung des Gangbildes
- Bekämpfung depressiver Verstimmungen
- Positive Wirkung auf Darmtätigkeit, Schmerzen, Schlafstörungen

Beratung: Ing. Wolfgang Ludwig, Physiotherapeut
Tel.: 03362 75419 · E-Mail: wolfgang.ludwig.phoenix@t-online.de

Darüber hinaus bietet der **Blog „Alex' Blog"** persönliche Einblicke in das Leben mit Multipler Sklerose und greift Themen aus dem Alltag junger Betroffener auf.

Wer die Junge DMSG kennenlernen oder sich aktiv einbringen möchte, ist herzlich willkommen. Aktuelle Informationen zu den Gruppen, Veranstaltungen und Angeboten finden Sie auf der Website der DMSG Niedersachsen oder erhalten Sie per E-Mail unter jung@dmsg-niedersachsen.de.



Austausch in Hannover:
Anja Grau: jung@dmsg-niedersachsen.de

Austausch in Wolfsburg:
Sören Laumann: soeren.laumann@gmail.com

Austausch in Osnabrück:
Nicola Sieckmann: nicola.p@web.de

Austausch in Göttingen:
Mathias Düring: ms-gruppe-goettingen@web.de

Aufgeben gilt nicht, wir bieten euch:
- Persönliche Kontakte zu Gleichaltrigen
- Gemeinsame Aktivitäten mit Gleichgesinnten
- Gespräche über Medikamente, Krankheitssymptome, Studium oder Beruf u. v. m.
- Workshops zu inhaltlichen Themen

Unterstützung für Angehörige

Eine Multiple-Sklerose-Diagnose verändert nicht nur das Leben der erkrankten Person. Auch Partnerschaft, Eltern, Kinder und andere nahestehende Menschen erleben Veränderungen, neue Fragen und häufig auch besondere Herausforderungen.



Vielleicht verändert sich der gemeinsame Alltag, vielleicht kommen neue Aufgaben hinzu oder es entstehen Sorgen und Unsicherheiten. Jede Familie und jede Beziehung geht mit diesen Veränderungen anders um. Wichtig ist: Auch die Bedürfnisse der Angehörigen zählen.

Die vielfältigen Angebote und Leistungen der DMSG Niedersachsen richten sich deshalb auch an Angehörige von Menschen mit MS – von persönlicher Beratung und Seminaren bis hin zu Selbsthilfegruppen. Sie bieten Raum für Information, Austausch und Unterstützung. Aktuell bieten wir Online-Treffen an sowie Wochenendseminare. Selbsthilfegruppen von Angehörigen treffen sich in Hannover, Buxtehude, Oldenburg, Achim/Verden sowie Dörverden.

Wenn ein nahestehender Mensch Unterstützung oder Pflege benötigt, verändert sich häufig der Alltag der pflegenden Angehörigen. Neben emotionalen, körperlichen und zeitlichen Anforderungen können neue organisatorische und finanzielle Fragen entstehen. >>

Gleichzeitig gibt es zahlreiche gesetzliche Leistungen und Unterstützungsangebote, die pflegende Angehörige entlasten können. Wer seine Rechte und Möglichkeiten kennt, kann diese Unterstützung gezielt nutzen und den Pflegealltag besser gestalten. Weitere Informationen und Orientierung finden Sie auf unserer Website unter **„Recht: Was pflegende Angehörige wissen sollten“**.

Aktuell beziehen mehr als **550.000 Menschen in Niedersachsen** Leistungen der Pflegeversicherung. Fast 80 Prozent davon werden zu Hause von ihren Angehörigen versorgt. Um diese pflegenden Angehörigen zu vernetzen und ihnen eine Stimme in den Pflegegremien zu geben, haben Aktive in Niedersachsen im Sommer 2023 den fünften Landesverein von wir pflegen e. V. gegründet. Die DMSG Niedersachsen ist als unterstützender Mitgliedsverband mit dabei, damit auch die Angehörigen von MS-Erkrankten gehört werden.

Für andere da zu sein, kann erfüllend sein – und gleichzeitig viel Kraft kosten. Deshalb ist es wichtig, die eigenen Bedürfnisse, Wünsche und Grenzen im Blick zu behalten. Wer dauerhaft viel Verantwortung übernimmt, kann an die eigenen körperlichen und seelischen Grenzen kommen. Erschöpfung, Verspannungen, Schlafprobleme oder andere gesundheitliche Beschwerden können Anzeichen dafür sein, dass die eigenen Kräfte nicht mehr ausreichen.

Sich Unterstützung zu holen, ist kein Zeichen von Schwäche. Im Gegenteil: Wer gut für sich selbst sorgt und Entlastung annimmt, schafft wichtige Voraussetzungen dafür, langfristig für andere da sein zu können.

Angehörige sollten ihre eigenen Bedürfnisse ernstnehmen und sich frühzeitig Unterstützung suchen, wenn die Belastung zu groß wird. Neben verschiedenen Unterstützungs- und Entlastungsangeboten können pflegende Angehörige unter bestimmten Voraussetzungen auch eine stationäre medizinische Rehabilitation in Anspruch nehmen. Nutzen Sie unsere Angebote oder melden Sie sich gerne in unseren Beratungsstellen.



Multiple Sklerose erklärt – für Kinder

Wenn ein Elternteil an MS erkrankt, möchten Eltern ihre Kinder häufig schützen. Manche versuchen deshalb zunächst, die Erkrankung vor ihnen zu verbergen oder möglichst wenig darüber zu sprechen. Doch Kinder nehmen Veränderungen im Alltag und im Verhalten ihrer Eltern meist sehr genau wahr. Fehlen ihnen Erklärungen, können Unsicherheiten entstehen – und manchmal auch die Sorge, selbst etwas falsch gemacht zu haben.

Deshalb kann es hilfreich sein, offen und altersgerecht über MS zu sprechen. Kinder brauchen Raum für ihre Fragen und Gefühle – ganz gleich, ob sie neugierig, traurig, wütend oder verunsichert sind. Wichtig ist, ihnen zuzuhören, ihre Gedanken ernst zu nehmen und gemeinsam nach passenden Antworten zu suchen.

Ein Gespräch über MS muss dabei nicht alle Fragen auf einmal beantworten. Es darf sich entwickeln und immer wieder neu an das Alter und die Bedürfnisse des Kindes anpassen.

Unser Podcast **„Multiple Sklerose: Ein Podcast für Kinder“** erklärt die Erkrankung altersgerecht und bietet eine gute Möglichkeit, gemeinsam ins Gespräch zu kommen. Er kann dabei helfen, Unsicherheiten abzubauen, Fragen verständlich zu beantworten und Kindern einen eigenen Zugang zum Thema MS zu ermöglichen.



Neurologie an der Hase
Gemeinschaftspraxis für Neurologie und Psychiatrie
Holger Lorenzen
Dr. med. Edzard Ites
Stephan U. Sylvester
Jens Gläscher
Dr. med. Elisabeth Rehkopf
Dr. med. Sigrid Wohnfurter

49074 Osnabrück · Möserstraße 52 – 54
Tel. 0541 35856-0 · Fax 0541 35856-33
www.neurologie-osnabrueck.de
praxis@neurologie-osnabrueck.de

Zertifiziertes MS-Zentrum





Essen und Trinken bei Multiple Sklerose – (k)eine Besonderheit?

MS-Betroffenen kann nach wie vor keine spezielle Ernährungsform („Diät“) empfohlen werden. Die Ernährungsempfehlungen konzentrieren sich in Analogie zu anderen entzündlichen Erkrankungen (z. B. Rheuma) vorrangig auf die Beeinflussung des Entzündungsgeschehens und auf die Vorbeugung bzw. Reduzierung von weiteren Risikofaktoren, die den Verlauf nachteilig beeinflussen.

Das sind vor allem Übergewicht, Fettstoffwechselstörungen und Bluthochdruck. Zusätzlich ist auch die Vorbeugung von Osteoporose ein ernährungsrelevanter Aspekt, da MS-Betroffene ein erhöhtes Risiko dafür aufweisen.

Zusammengefasst: eine mediterrane Ernährung, angepasst auf nordische Gewohnheiten (z. B. Vollkornprodukte).

Schließlich können diese Themen oder Beschwerden für Betroffene in unmittelbarem Zusammenhang mit Ernährungsfaktoren stehen und bieten daher neben den bereits oben genannten auch die Möglichkeit individueller Unterstützung durch eine Ernährungsberatung:

- **Verdauungsprobleme (Durchfall, Blähungen, Verstopfung, Schmerzen)**
- **wiederkehrende Harnwegsinfekte**
- **Harn- und Stuhlinkontinenz**
- **Kau- und Schluckbeschwerden**
- **Appetitstörungen**
- **Fatigue**

Der grundlegende Gedanke einer entzündungshemmenden Ernährungsweise ist das Fettsäurespektrum der aufgenommenen Fette zu modifizieren:

1. mehr ungesättigte und weniger gesättigte Fettsäuren und

2. mehr Omega-3- und weniger Omega-6-Fettsäuren. Konkret sollte daher die Aufnahme von Arachidonsäure (viel in fetthaltigem Fleisch und Wurst, aber auch in Eiern, Sahne und Butter) reduziert werden und die von DHA und EPA (reichlich in fetten Fischsorten wie Lachs, Makrele, Hering, Sardine) erhöht werden.

Für Veganer empfiehlt sich Öl aus Mikroalgen. In Leinöl, Leindotteröl, Hanföl, Walnussöl oder Rapsöl finden sich reichlich Vorstufen für DHA/EPA, deren entzündungshemmendes Potenzial aber gering ist.

Ein weiterer wesentlicher Aspekt einer entzündungsbeeinflussenden Ernährung ist der Schutz der Zellen vor dem sogenannten „oxidativem Stress“, der bei MS und anderen Erkrankungen erhöht ist. Deshalb ist eine bedarfsdeckende Zufuhr (und ggf. erhöht im akuten Schub) von antioxidativen Nahrungsinhaltsstoffen wichtig.

Zu diesen gehören

- **Vitamine (u. a. Vitamin A, C, E),**
- **Mineralstoffe (u. a. Zink, Selen, Kupfer) und**
- **sekundäre Pflanzenstoffe (Farb- und Geschmacksstoffe in Gemüse und Obst).**

Optimal ist daher **täglich eine bunte Mischung an Gemüse und Hülsenfrüchten, Obst, Fisch, Nüssen und Saaten, Vollkorngetreideprodukten, Milchprodukten sowie hochwertigen Omega-3-reichen Ölen**, ergänzt durch selbstgebrühten Grüntee und die Verwendung von Gewürzen wie Zimt, Chili und Kurkuma.

Gänzlich auf Vollkorngetreide sowie auf Milchprodukte, Eier und Fleisch zu verzichten, ist nicht ratsam, ein moderater Verzehr von ausgewählten und qualitativ hochwertigen Produkten jedoch durchaus sinnvoll. Diese Lebensmittel enthalten wertvolle Nährstoffe, die für MS-Betroffene von Bedeutung sind: So sind z. B. Milchprodukte eine gute Vitamin D- und Kalziumquelle (Osteoporosevorbeugung; Vitamin D ist vor allem in Fisch) und Fleisch ist reich an Vitamin B12 (ein neurologisches Vitamin). >>



rolle-bike

Das modulare 3-in-1-System.

Rollstuhl, E-Bike oder beides kombiniert: Im Handumdrehen getrennt, eigenständig nutzbar und faltbar für jeden Kofferraum.

Jetzt Probefahrt vereinbaren!

info@enlitec.de

0175 525 74 54

enlitec.de

enlitec

Zur Unterstützung der gesunden Darm-Mikrobiota („Darmflora“) sind neben Gemüse (gerne Chicorée, Topinambur, Artischocken, Schwarzwurzeln), Obst und Vollkornprodukten auch fermentierte Milchprodukte wie Quark, Joghurt, Kefir oder Buttermilch sehr zu empfehlen (eine neutrale und eher entzündungshemmende Wirkung) und sollten daher auch täglich auf dem Speiseplan stehen.

Nur, wenn eine „echte“ (IgE-vermittelte) Allergie auf Milchprodukte vorliegt, ist ein Verzicht notwendig und mit geeigneten pflanzlichen Alternativen zu ersetzen (kalziumangereichert).

> Die DMSG bedeutet für mich Unterstützung in allen Fragen rund um die MS und Hilfestellung.
>
> Oliver, 56 Jahre

Kurz & knapp

Eine vor allem vegetabil- und pflanzenölbetonte Ernährungsweise mit regelmäßigen Fischmahlzeiten ist nebenwirkungsfrei und sehr empfehlenswert. Sie kann die Lebensqualität und das Wohlbefinden steigern, ernährungsassoziierte Erkrankungen (z. B. Diabetes mellitus Typ 2, Fettstoffwechselstörungen, Übergewicht, Bluthochdruck usw.) vorbeugen und zudem zu einer stabilen Gesamtkonstitution beitragen.

Die DMSG Niedersachsen unterstützt Sie gerne bei Fragen rund um eine ausgewogene und für Sie angepasste Ernährung. Nehmen Sie gerne an unseren Seminaren, Vorträgen und Kochkursen teil; auch online sind wir für Sie da z. B. in Sprechstunden.

Für zu Hause oder zum Verschenken empfehlen wir unser handliches **Kochbuch „Lieblingsküche“** mit vielen alltagstauglichen Rezepten und Tipps für Variationen und eine unkomplizierte Umsetzung. Die 70 Rezepte wurden von MS-Erkrankten zusammengestellt und an eine entzündungshemmende Kost angepasst – sie sind wahre Schätze.



Ihre Ansprechpartnerin für Fragen rund um Ernährung oder für individuelle Beratungen (online, telefonisch oder in Präsenz):



Dr. Petra Goergens

Dipl.-Oecotrophologin, Ernährungswissenschaftlerin, mit langjähriger Erfahrung im Themenfeld MS und Ernährung (Schwerpunkte der Praxis: Gastroenterologie, Neurologie und Urologie; Mitglied im Expertenrat der Deutschen Kontinenz Gesellschaft DKG).

Sie erreichen sie per Mail unter goergens@dmsg-niedersachsen.de oder über die Homepage www.petra-goergens.de

Für eine professionelle Ernährungsberatung oder -therapie können Sie auch auf www.e-zert.de nach qualifizierten und zertifizierten Ernährungsfachkräften in Ihrer Region und nach Themenschwerpunkten suchen.







Logopädie kann Ihnen helfen

Multiple Sklerose beeinträchtigt Betroffene auf mehreren Ebenen. Neben Mobilität, Fatigue und Sehstörungen sind häufig auch Stimme, Sprechen und Schlucken betroffen. Diese Bereiche werden im Krankheitsverlauf oft erst spät in der medizinischen Versorgung angesprochen, obwohl sie für Teilhabe, Ernährung und Sicherheit eine zentrale Rolle spielen. Für die Behandlung stehen logopädische Fachkräfte zur Verfügung.

Stimme und Sprechen

Ist die Steuerung von Atmung, Stimmgebung und Artikulation gestört, spricht man von einer Dysarthrie. Betroffene berichten von einer leiser werdenden Stimme, einem behauchten oder gepressten Klang, kurzen Atemphrasen und einer verwaschenen oder auffällig monotonen Aussprache. Die Beschwerden nehmen im Tagesverlauf zu und verstärken sich unter Fatigue. Der Verlust an Lautstärke ist eine Folge der gestörten Steuerung und lässt sich durch vermehrte Anstrengung nicht ausgleichen.

In der logopädischen Behandlung wird u. a. an der Atemführung, der Koordination von Atmung und Stimme sowie an Lautstärke, Sprechtempo und Artikulationsgenauigkeit gearbeitet. Daneben ist die Einteilung der stimmlichen Belastbarkeit über den Tag ein wesentlicher Bestandteil. Bezugspersonen sollten einbezogen werden, denn die Verständlichkeit hängt ebenso von den Gesprächsbedingungen

ab, beispielsweise von Hintergrundgeräuschen oder der Entfernung im Raum.

Schluckstörungen

Im MS-Register der DMSG gaben zuletzt 2,9 % der Befragten an, unter Schluckstörungen zu leiden. Instrumentelle Untersuchungen zeigen dagegen je nach Studie bei 34 bis 90 % auffällige Befunde. Diese Diskrepanz erklärt sich u. a. dadurch, dass Aspirationen still verlaufen können, also ohne Husten oder subjektive Beschwerden. Probleme beim Essen wirken sich stark auf die Lebensqualität und den Genuss von Essen und Trinken aus.

Hinweise auf eine Dysphagie sind häufiges Verschlucken, wiederholtes Räuspern, eine brodelige Stimme nach dem Essen, Speisereste in der Mundhöhle, verlängerte Mahlzeiten und wiederkehrende Atemwegsinfekte. Unbehandelte Schluckstörungen erhöhen das Risiko für Mangelernährung und für Lungenentzündungen. Besteht ein Verdacht, sollte unmittelbar eine klinische Schluckuntersuchung erfolgen. Auf dieser Grundlage werden Schlucktechniken, Positionierungen und, falls notwendig, eine Anpassung der Kostform ausgewählt.

Unterstützte Kommunikation

Reicht die eigene Sprechstimme dauerhaft nicht mehr aus, stehen Hilfsmittel der Unterstützten Kommunikation zur Verfügung. Das Spektrum reicht von Kommunikationsbüchern bis zu Sprachcomputern und Apps für Tablet oder Smartphone, die über Tasten oder Augensteuerung bedient werden. Die Auswahl erfolgt gemeinsam mit der Logopädie und der Hilfsmittelversorgung. Eine frühzeitige Erprobung ist sinnvoll, da die Einarbeitung Zeit und Kraft erfordert und im Bedarfsfall häufig nicht mehr zur Verfügung steht.

Verordnung und Kontakt

Logopädie ist ein Heilmittel und wird ärztlich verordnet, in der Regel neurologisch oder hausärztlich. Multiple Sklerose ist in der Diagnoseliste für den langfristigen Heilmittelbedarf aufgeführt, auch für die Stimm-, Sprech- und Schlucktherapie. Eine kontinuierliche Behandlung ist damit möglich und muss nicht wiederholt neu begründet werden.

Die aktuelle Logopädie-Broschüre kann direkt beim DMSG-Landesverband bestellt werden.



Sprechen Sie Veränderungen von Stimme, Sprechen oder Schlucken frühzeitig in Ihrer behandelnden Praxis an. Je eher die Diagnostik erfolgt, desto gezielter kann behandelt werden. ■

Michael Helbing, Logopäde

bentronic






Leben im Alter. Mit Zukunft.

Intelligente Systemlösungen für eine vernetzte digitale Zukunft.
Ein großer Schritt in ein selbstbestimmtes Leben durch:

- **Elektrostimulation mit TENS/EMS**
- **das intelligente Bett mit Sensorik**
- **das bewegte Bad, auch mit Dusch-WC**

Wir liefern wertvolle Beiträge zur Steigerung der Lebensqualität.
Bentronic GmbH · Hagertshausen 7 · 85283 Wolnzach · Fon +49 (0) 8442 67250 · **www.bentronic.de**

Therapieeinsatz bei MS

Die Multiple Sklerose ist eine komplexe immunvermittelte Erkrankung, deren Auslösemechanismus weiterhin nicht völlig geklärt ist. In den letzten Jahren wurde aber als wichtige Risikofaktoren eine genetische Veranlagung und eine Infektion mit dem Epstein-Barr-Virus identifiziert.



Die Diagnose kann nach einer Überarbeitung der sogenannten McDonald-Kriterien heute häufig frühzeitig gestellt werden. Dazu ist das Vorliegen typischer Veränderungen in der Kernspintomografie und die Beteiligung unterschiedlicher Regionen des Gehirns und Rückenmarks im MRT erforderlich. Die im Liquor cerebrospinalis nach einer Lumbalpunktion nachweisbaren Befunde können die Diagnose zusätzlich sichern.

Somit ist für die Diagnosestellung das Abwarten bis zum Auftreten eines zweiten Schubs nicht erforderlich. Häufig lässt sich auch vor Auftreten einer neurologischen Symptomatik allein aus dem MRT relativ sicher die Diagnose einer MS vermuten und sogar bereits dann den Beginn einer Therapie begründen. Akute Schübe sind jedoch für die meisten Patienten in der frühen Phase der Erkrankung das typische Erscheinungsbild der MS und können sich z. B. durch Störungen des Gehens, der Sensibilität und der Sehkraft bemerkbar machen, die sich oft wieder ganz oder teilweise zurückbilden.

Eine wichtige Rolle spielt jedoch nach den Untersuchungen der letzten Jahre die Progredienz, also Verschlechterung,

unabhängig von Schüben, die manchmal schon bei Krankheitsbeginn auftreten kann. Diese mit dem Fachbegriff PIRA bezeichnete Komponente der Erkrankung beeinflusst die Prognose und den langfristigen Verlauf der Erkrankung erheblich. Der frühe Einsatz sehr wirksamer Medikamente soll nicht nur Schübe verhindern, sondern auch den Übergang in die schubunabhängige Progredienz verzögern.

Individuell sehr unterschiedlich, manchmal nach wenigen Monaten, meist aber nach Jahren, nimmt die Häufigkeit der Schübe ab und der schleichende Verlauf, der sogenannte sekundär progrediente Verlauf, steht dann im Vordergrund, bei dem keine Schübe mehr auftreten.

Ob die seltenere Verlaufsform der von Beginn an (primär) progredienten Verlaufsform überhaupt noch davon unterschieden werden muss, wird zunehmend kritisch diskutiert.

Wichtig ist aber, dass es neben der MS-Erkrankung Sonderformen einer Entzündung im Gehirn gibt, nämlich die sogenannte Neuromyelitis-optica-Spektrum-Erkrankung (NMOSD), bei der häufig Antikörper gegen Aquaporin-4 nachgewiesen werden, und die MOGAD-Erkrankung mit Nachweis von Antikörpern gegen Myelin-Oligodendrozyten-Glykoprotein (MOG). Beide Erkrankungen können ähnlich wie eine MS beginnen, nehmen aber häufig einen schwereren Verlauf und benötigen eine andere Behandlung.

Während bis vor wenigen Jahren die Rolle der T-Lymphozyten, einer Untergruppe der Abwehrzellen im Blut, als für die MS besonders wichtig angesehen wurde, ist derzeit das Interesse stark auf die Funktion der B-Lymphozyten ausgerichtet, die u. a. für die Bildung von Antikörpern verantwortlich sind.

Neben der Schubfrequenz wird die Krankheitsaktivität und Prognose der MS durch das Ausmaß der im MRT nachweisbaren Veränderungen, die sogenannte Läsionslast, die Zahl der aktiven, kontrastmittelaufnehmenden Herde und insbesondere die steigende Abnahme des Hirnvolumens, die sogenannte Atrophie, beeinflusst. Diese ist Folge der schubunabhängigen Entzündungsmechanismen in Gehirn und Rückenmark.

Der frühe Einsatz immunmodulierender Therapien zielt neben der Reduktion der Schübe deshalb auf die Beeinflussung dieser langfristigen Schädigungsfaktoren, insbesondere der Hirnatrophie, ab. Ziel der Therapien ist es dabei, einen Zustand zu erreichen, der frei von Krankheitsaktivität ist, bei dem also weder Schübe noch eine schleichende Verschlechterung und insbesondere keine Veränderungen im MRT auftreten, wobei das neben Zahl und Zunahme der Läsionen sowie der Gadolinium aufnehmenden Läsionen auch die Zunahme der Atrophie einbezieht. Daraus ist das Konzept der frühzeitigen intensiven Therapie entstanden, das insbesondere bei aktiver oder hochaktiver MS-Erkrankung angewendet wird.

Immunmodulatoren reduzieren MS-Aktivität

Unverändert ist die Behandlung akuter MS-Schübe mit Cortison, meist hochdosiert als Infusion, ein wichtiger Bestandteil der MS-Therapie. Bei fehlendem Ansprechen kann dies durch den Einsatz von Plasmapherese, also Blutwäschen, ergänzt werden. Auf die schleichende Komponente des MS-Verlaufes haben jedoch weder Cortison noch Plasmapheresen einen nachgewiesenen Einfluss.

Die für die Beeinflussung des Krankheitsverlaufes eingesetzten Therapien werden in der derzeitigen Leitlinie zur MS-Therapie in 3 Kategorien eingeteilt, die sich im Ausmaß unerwünschter Wirkungen und dem Risikoprofil unterscheiden. Die initialen Studien zur Beeinflussung des Verlaufes der MS durch Beta-Interferone und andere immunmodulierende Substanzen, insbesondere Glatirameracetat, zielten auf die Reduktion von Schüben bei Patienten mit aktiver Erkrankung ab. Durch alle verfügbaren Interferon-beta-Präparate und genauso durch Glatirameracetat ließ sich eine wirksame Reduktion der Krankheitsaktivität nachweisen. **>>**



Dabei ließ sich zeigen, dass ein frühzeitiger Therapiebeginn den Verlauf auch langfristig am günstigsten beeinflusst. In den letzten Jahren ist es gelungen, die Injektionsfrequenz deutlich zu senken, sodass manche Interferon-beta-Präparate nur noch alle 14 Tage und Glatirameracetat in höherer Dosis nur noch dreimal wöchentlich unter die Haut gespritzt werden müssen. Diese Therapien werden der Kategorie 1 zugeordnet und gelten als sehr sicher ohne wesentliche Langzeitfolgen.

Die Injektion, auch wenn sie mit Hilfsmitteln wie Fertigspritzen und Pens stark vereinfacht wurde, bleibt für Patienten jedoch sehr belastend.

Seit vielen Jahren sind andere Therapien der Kategorie 1 in Tablettenform zugelassen. Teriflunomid ist dabei eine Weiterentwicklung des Rheumamedikamentes Leflunomid, außerdem wurde Dimethyl-Fumarsäure in der EU für Patienten mit schubförmiger MS zugelassen und auch durch chemische Modifikationen besser verträglich in Form des Diroximelfumarats.

Diese Medikamente verlieren jedoch ihre Wirkung, sobald sie abgesetzt werden und greifen vor allem nicht dauerhaft in die Funktion des Abwehrsystems ein, d. h., sie verändern die MS-typischen Entzündungsabläufe nicht dauerhaft.

In die Kategorie 2 werden ebenfalls Medikamente eingeordnet, die den Verlauf nicht dauerhaft beeinflussen, aber eine stärkere Wirkung haben, also bei Patienten mit höherer Krankheitsaktivität eingesetzt werden. Dazu gehören die sogenannten S1P1-Rezeptor-Inhibitoren, zu denen neben dem ersten Präparat Fingolimod auch Ponesimod, Ozanimod und Siponimod gehören, wobei letzteres speziell für Patienten mit sekundär progredientem Verlauf zugelassen wurde. Diese Medikamente verhindern in erster Linie, dass aktivierte Lymphozyten aus dem Blut in das Gehirngewebe einwandern, nur Siponimod übt seinen Effekt auch innerhalb der sogenannten Blut-Hirn-Schranke aus.

Ebenfalls zur Kategorie 2 gehört Cladribin, ein Tablettenmedikament, das als kurzer Behandlungszyklus über mehrere Tage im ersten Jahr in zweiwöchigem Abstand und dann erneut im zweiten Jahr gegeben wird, danach ist eine weitere Therapie zunächst nicht vorgesehen. Es führt zu einer Abnahme bestimmter Lymphozytensubtypen, die aber nach einiger Zeit wieder nachweisbar, möglicherweise jedoch weniger krankheitsaktivierend sind.

Diese Therapie ist sehr einfach zu handhaben und wenig belastend, allerdings wirkt sie langfristig und einfaches Absetzen ist aufgrund des Wirkmechanismus nicht möglich.

Dagegen ist das Infusionspräparat Natalizumab eine Therapie, die einen sehr schnellen Wirkungseintritt zeigt, deren Effekt aber schnell verloren geht. Es wird aufgrund des Risikos einer dadurch ausgelösten sogenannten opportunistischen, also durch die Abwehrschwäche geförderten Virusinfektion im Gehirn, der PML, nur noch in besonderen Situationen eingesetzt und erfordert viel Aufwand bei der Therapiebegleitung. Ähnlich wird auch Alemtuzumab, ein weiteres Infusionspräparat, wegen der damit verbundenen Risiken kaum noch eingesetzt.

Aktuell steht dagegen der Einsatz von monoklonalen Antikörpern gegen das CD20-Molekül auf B-Lymphozyten im Vordergrund. Diese wurden ursprünglich nur bei Patienten mit hoher Krankheitsaktivität eingesetzt. Bereits seit vielen Jahren wurde der monoklonale Antikörper Rituximab, der in der Rheumatherapie häufig benutzt wird, außerhalb der Zulassung bei MS eingesetzt, wenn andere Therapien nicht wirksam waren.

Mit dem Medikament Ocrelizumab steht ein weiterentwickelter monoklonaler Anti-CD20-Antikörper gegen B-Zellen zur Verfügung, der in umfangreichen Studien beim schubförmigen Verlauf, aber auch beim primär progredienten Verlauf als wirksam getestet wurde. Ocrelizumab wird alle sechs Monate gegeben, ursprünglich als Infusion, seit einiger Zeit mit gleicher Wirkung und guter Verträglichkeit jedoch auch als Injektion unter die Haut. Es ist das erste immunmodulierende Medikament, das aufgrund positiver Studienergebnisse auch für die Behandlung des frühen primär schleichenden Verlaufstyps zugelassen wurde.

Ein ähnliches Therapiekonzept verfolgt der monoklonale Antikörper Ofatumumab, der gegen das CD20-Molekül gerichtet ist und monatlich unter die Haut injiziert wird. Ebenfalls zugelassen ist der monoklonale Anti-CD20-Antikörper Ublituximab.

Die Verträglichkeit der Antikörper gegen CD20 ist insgesamt sehr gut und es haben sich auch nach mehreren Jahren Therapieerfahrung keine wesentlichen unerwünschten Wirkungen als Langzeiteffekt gezeigt. Bei vielen Patienten stellt sich deshalb die Frage, wann diese Therapie beendet werden kann, auf welches Präparat gewechselt werden soll oder ob die Therapie lebenslang durchgeführt wird. Zu diesen Fragen gibt es bisher keine kontrollierten Untersuchungen, sondern nur teilweise widersprüchliche Empfehlungen von Expertenseite.

Auch wenn diese Therapien zur Kategorie 3 der Leitlinienempfehlungen gehören, werden die B-zell-depletierenden Therapien zunehmend häufig frühzeitig im Krankheitsverlauf eingesetzt, wenn sich eine erhöhte Krankheitsaktivität nachweisen lässt.

Eine neue Gruppe von Medikamenten sind die sogenannten BTK-Hemmer, Wirkstoffe, die das Enzym Bruton-Tyrosin-Kinase hemmen, und im Gehirn die Aktivität von B-Lymphozyten, aber auch Mikrogliazellen reduzieren. Der erste dieser Wirkstoffe, Tolebrutinib, wurde von der europäischen Zulassungsbehörde für den sekundär schleichenden Verlauf positiv beurteilt und wird voraussichtlich in Kürze auch in Deutschland verfügbar sein.

Allerdings ist es in den Zulassungsstudien zu mehreren Todesfällen aufgrund einer Leberschädigung gekommen. Deshalb hat sich die amerikanische FDA gegen eine Zulassung entschieden und in Europa sind umfangreiche Maßnahmen, insbesondere Blutwertkontrollen zur frühzeitigen Erkennung einer Leberschädigung, vorgeschrieben.

Eine weitere neue Entwicklung, die aber noch am Beginn der Erforschung steht, stellt die CAR-T-Zell-Therapie dar, bei der, wie bei anderen Autoimmunerkrankungen auch, körper- >>

eigene T-Zellen individuell patientenbezogen gentechnisch modifiziert werden, damit die Aktivität des Immunsystems dadurch langfristig herabreguliert wird.

Günstiger Effekt früher Therapie

Hinweise auf den günstigen Effekt eines frühzeitigen Therapiebeginns auf den späteren Verlauf gaben schon die ursprünglichen Studien zum Wirksamkeitsnachweis bei gesicherter schubförmig remittierender MS bzw. deren Nachbeobachtungsstudien. Inzwischen sind Daten aus großen Registern, also Fallsammlungen von MS-Patienten, verfügbar, die den günstigen Effekt einer frühen Therapie unterstützen.

Immer wieder stellt sich die Frage, ob wirklich alle Patienten nach einem ersten Schub behandelt werden sollten, da bei einem Teil der Patienten die Erkrankung so gutartig verläuft, dass eine wesentliche Beeinträchtigung der Lebensqualität nicht oder erst nach Jahren auftritt (bei etwa 10–20 % der Patienten).

Jedoch gibt es kaum zuverlässige Möglichkeiten zur Vorhersage des Verlaufes und der Nachweis der schubunabhängigen Progredienz unterstützt den frühen Therapiebeginn bei den allermeisten Patienten. Ein frühzeitiger Einsatz einer immunmodulierenden Therapie zielt auf einen prophylaktischen bzw. den Krankheitsverlauf abschwächenden/hemmenden Effekt ab.

In den aktuellen offiziellen Leitlinien der Deutschen Gesellschaft für Neurologie, die auch die DMSG unterstützt, wird ein eher abwartendes Vorgehen mit Anpassung der Medikamente an den Krankheitsverlauf, abhängig von der Krankheitsaktivität, befürwortet. Demgegenüber sieht eine große Gruppe von MS-Experten Vorteile für einen günstigeren Krankheitsverlauf bei einer frühen intensiven Behandlung der Krankheitsaktivität, auch wenn dies potentiell mit mehr Nebenwirkungen verbunden sein kann.

Aufgabe des behandelnden Arztes und des MS-Spezialisten ist es, mitzuentscheiden und zu beraten, welches Medikament für welchen Patienten abhängig von der Krankheitsphase, der Verlaufsform und der Krankheitsaktivität geeignet ist.

Untersuchungen an Hirngewebe von verstorbenen MS-Patienten und MRT-Untersuchungen haben gezeigt, dass eine Progredienz der Erkrankung und Gewebeschädigung bereits



frühzeitig im Krankheitsverlauf eintritt und langfristig die Entwicklung der neurologischen Beeinträchtigung beeinflusst. Das Therapieziel ist deshalb, einen Zustand ohne Krankheitsaktivität unter Einbeziehung von Schubfrequenz, klinischer Verschlechterung, aber auch MRT-Befunden zu erreichen.



Dabei gibt es neue Empfehlungen zum Einsatz und zur Befundung des MRT, die noch nicht überall angewendet werden, aber z. B. auch den Einsatz von Kontrastmittel eher seltener erforderlich machen.

Um einen Zustand der „Freiheit von Krankheitsaktivität“ zu erreichen, müssen einerseits die Medikamente wiederholt überprüft und an die Krankheitsaktivität angepasst werden, andererseits ist dadurch oft der eher frühe Einsatz von Therapien erforderlich, die in die Krankheitsmechanismen eingreifen, aber auch ein erhöhtes Risikoprofil haben. Das Monitoring der unerwünschten Wirkungen und die engmaschige Betreuung der behandelten Patienten stellt daher eine wichtige Komponente der MS-Therapie dar. >>



Impulse, die bewegen!

Ihr Spezialist für modernste Neuromodulation und Funktionelle Elektrostimulation im Norden.

REHA-OT LÜNEBURG
Die Gesundhandwerker!

Hochwertige Beratung, individuelle Lösungen!

- Kompensation von Muskelschwäche
- Verbesserung der Gehfähigkeit
- Spastikreduzierung

Infos & Beratung:

Zertifiziert u.a. für Bioness L300 Go, evomove, Basko ALFESS und Exopulse Suit.



Die Entscheidung über den Einsatz solcher wirksamen, aber potenziell auch nebenwirkungsreichen Therapien wird zunehmend in Zusammenarbeit mit spezialisierten MS-Zentren entweder in Kliniken oder in Schwerpunktpraxen getroffen.

Die Therapieentscheidungen sind zunehmend komplex und auf die individuelle Situation des Patienten ausgerichtet, sodass die Behandlung in erfahrenen Zentren eingeleitet werden sollte. Man spricht deshalb auch von einer stark individualisierten Therapie. ■

Prof. Dr. med. Fedor Heidenreich





Mein Sport – Sport und MS – motiviert und tut gut

Sport und Bewegung fördern die körperliche und seelische Gesundheit – das gilt auch für Menschen mit Multipler Sklerose. Ein gezieltes Training, das Ausdauer, Kraft, Koordination und Gleichgewicht fördert, kann Menschen mit MS dabei unterstützen, ihre körperliche Leistungsfähigkeit zu erhalten und den Alltag besser zu bewältigen. >>



ASSISTENZDIENSTE DEUTSCHLAND

ADD unterstützt bundesweit das selbstbestimmte Leben von Menschen mit Behinderung oder chronischer Erkrankung und Senioren.

Wir sind auf die Persönliche Assistenz (Persönliches Budget) und die häusliche Pflege (Pflegegrade, Folgeleistungen, Hilfsmittel) spezialisiert. Möglich ist die stundenweise Unterstützung bis hin zu einer Assistenz rund um die Uhr in allen Bereichen (Alltag, Pflege, Freizeit & Urlaub, Kita / Schule / Ausbildung / Studium / Arbeit, Versorgung der Kinder). Wir bieten professionelle Peer-Beratung an und unterstützen Sie bei der Beantragung und Kommunikation mit den Trägern. Hinsichtlich der Assistenz übernehmen wir zudem die Personalfindung und Organisation.

Bei unserem Tochterunternehmen **ADD Mobil** können Sie Hilfsmittel wie Rollatoren und Rollstühle ausleihen und kaufen.

Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine Mail!



Assistenzdienst Deutschland West GmbH
Assistenz: 02 11 / 65 85 46 60
kontakt@add-nord.de | www.assistenzdienste-deutschland.de
Hilfsmittel: 02 11 / 65 09 35 45
kontakt@add-mobil.de | www.add-mobil.de

Wissenschaftliche Studien zeigen, dass regelmäßige Bewegung u. a. positive Auswirkungen auf Fatigue, Spastik, Kraft, Gleichgewicht und die Lebensqualität haben kann.

Welche Sportart die richtige ist, lässt sich nicht pauschal beantworten. Entscheidend sind die individuellen Voraussetzungen, die persönlichen Interessen und vor allem die Freude an der Bewegung. Sport gilt heute als wichtiger Bestandteil einer ganzheitlichen Therapie bei MS.

Die DMSG Niedersachsen unterstützt Menschen mit MS mit vielfältigen Bewegungs- und Sportangeboten.

Ein wichtiger Baustein ist das **DMSG-Funktionstraining**. Es wurde speziell für Menschen mit MS entwickelt und unterstützt dabei, Beweglichkeit, Kraft, Koordination und Ausdauer gezielt zu fördern. Die Übungen werden individuell an die jeweiligen Fähigkeiten angepasst und in qualifizierten Gruppen durchgeführt. Weitere Informationen gibt es hier zu finden: dmsg.de/funktionstraining

Darüber hinaus gibt es in Niedersachsen verschiedene **Sportgruppen der DMSG**, die Bewegung und Gemeinschaft miteinander verbinden. Dazu gehören beispielsweise Angebote **wie therapeutisches Klettern, Kanu, Pilates oder Zumba Gold**, häufig jeweils in Kooperation mit lokalen Sportvereinen wie u. a. dem TuS Bothfeld 04, dem Kanu-Club Limmer oder der DAV-Gruppe Hannover. Gemeinsam aktiv zu sein, stärkt nicht nur die körperliche Fitness, sondern schafft auch Raum für Austausch, gegenseitige Unterstützung und neue Kontakte. ■

Weitere Informationen zu unseren Sport- und Bewegungsangeboten sowie zur Broschüre „Sport & Multiple Sklerose“ erhalten Sie auf unserer Website oder über die Geschäftsstelle der DMSG Niedersachsen.

dmsg-niedersachsen.de/multiple-sklerose/ms-und-sport/



MS – eine Herausforderung für den gesamten Menschen

Multiple Sklerose verändert das Leben

Eine Erkrankung, die in alle Bereiche des Lebens eingreift, ist unabhängig vom Schweregrad der Symptome eine Herausforderung. Multiple Sklerose betrifft nicht nur die erkrankte Person selbst, sondern wirkt sich auch auf das soziale Umfeld aus. Partnerschaften, Familie und soziale Beziehungen verändern sich häufig und müssen sich gemeinsam auf die neue Situation einstellen.



Partnerschaft

Nicht nur Menschen mit MS müssen die Diagnose verarbeiten – auch Partner*innen stehen vor der Herausforderung, sich auf veränderte Lebensumstände einzustellen. Gemeinsame Zukunftspläne müssen unter Umständen angepasst werden, weil die Erkrankung den Alltag beeinflusst. >>



Stiftung Linerhaus

www.stiftung-linerhaus.de

Fördern
Helfen
Handeln



Ganzheitliche Betreuung im Wohn- und Pflegeheim für MS-Kranke

Seit 1988 betreuen wir an Multipler Sklerose Erkrankte. Das Wohn- und Pflegeheim ist ein Modellprojekt des Landes Niedersachsen und bietet

- **24 Plätze**
  > 24 Einzelzimmer mit eigener Terrasse
- **moderne, lichtdurchflutete Räume**
- **kompetente und herzliche Mitarbeiter**
- **individuelle aktivierende Grundpflege**
- **umfassende medizinische Versorgung**
- **vielseitiges Freizeitprogramm, u.v.m.**

Stiftung Linerhaus
Alte Dorfstraße 1 · 29227 Celle
Tel.: 05141 804100 · Fax: 05141 804102
kontakt@stiftung-linerhaus.de
www.stiftung-linerhaus.de

Erklärtes Ziel der Betreuung ist es, die Bewohner in ihrer Selbstständigkeit zu stärken.

Eine Übersicht aller Angebote der Stiftung finden Sie unter www.stiftung-linerhaus.de

Gerne beantworten wir Ihre Fragen.



Spendenkonto
Sparkasse Celle
IBAN: DE18 2695 1311 0000 0225 58
BIC: NOLADE21CEL

Mitglied im Diakonischen Werk der Evangelisch-lutherischen Landeskirche





Selbstbestimmt, mobil und flexibel bleiben ohne aufwendige Umbauten! Lösungen für kleine Räume, enge Durchgänge, die Anbindung mehrerer Räume, Einrichtungen, Mietwohnungen, Altbauten oder Dachschrägen u.v.m. Auch ohne Deckenbohrung möglich!

Handi move INTERNATIONAL

Kostenlose Beratung mit Testmöglichkeit vor Ort, Installation und Service aus einer Hand.

Ihr Handi-Move Berater für Niedersachsen:



Daniel Kurowski
d.kurowski@handi-move.de
Tel.: 05175-984 99 93
www.handimove.de

@HandiMoveDeutschland

Besonders der Umgang mit Unterstützungsbedarf, auch wenn dieser nur vorübergehend besteht, ist zunächst ungewohnt und kann zu Unsicherheiten oder Konflikten führen. Hilfe anzunehmen, fällt insbesondere zu Beginn der Erkrankung oft genauso schwer wie einzuschätzen, wann und in welchem Umfang Unterstützung hilfreich oder gewünscht ist.

Hier sind Geduld, gegenseitiges Verständnis und eine offene Kommunikation besonders wichtig.

Rollen verändern sich

Auch die Rollen innerhalb einer Partnerschaft oder Familie können sich durch die Erkrankung verändern. Fragen wie: Kann die Berufstätigkeit weiter ausgeübt werden? Müssen Hobbys oder Freizeitaktivitäten angepasst werden? beschäftigen viele Menschen mit MS und ihre Angehörigen.

Kommt eine Pflegebedürftigkeit hinzu, stellt dies die Partnerschaft vor weitere Herausforderungen. Auch Veränderungen in der Sexualität oder im gemeinsamen Alltag können eine Rolle spielen. Wichtig ist, offen miteinander im Gespräch zu bleiben und gemeinsam nach Lösungen zu suchen.

Kontakt halten

Auch wenn manche Partnerschaften an den Herausforderungen einer chronischen Erkrankung scheitern, ist dies keineswegs zwangsläufig so. Viele Paare finden gemeinsam neue Wege. Entscheidend ist die Bereitschaft, sich auf veränderte Lebenssituationen einzulassen und den Kontakt zueinander durch Gespräche, gemeinsame Aktivitäten und gegenseitiges Verständnis aufrechtzuerhalten.

Familie

Viele der genannten Veränderungen betreffen nicht nur Partnerschaften, sondern auch andere Familienangehörige. Deshalb ist ein offener Umgang mit der Erkrankung innerhalb der Familie besonders wichtig.

Kinder sollten altersgerecht über die Erkrankung informiert werden. So können sie Veränderungen besser verstehen und lernen, diese richtig einzuordnen. Wenn Kinder wissen, dass sich das Befinden eines Elternteils mit MS von Tag zu Tag unterscheiden kann, fällt es ihnen leichter, Situationen nicht als Zurückweisung oder Liebesverlust zu erleben.

Die Situation der Angehörigen

In einer Familie oder Partnerschaft steht häufig die erkrankte Person im Mittelpunkt. Gleichzeitig sind auch Angehörige von den Auswirkungen der Erkrankung betroffen. Sie müssen sich auf Veränderungen einstellen, mit Unsicherheiten umgehen und übernehmen oft zusätzliche Aufgaben.

Dabei geraten die eigenen Bedürfnisse leicht in den Hintergrund. Gerade pflegende Angehörige laufen Gefahr, ihre eigenen Interessen und ihre Gesundheit zu vernachlässigen. Umso wichtiger ist es, sich Freiräume zu schaffen, Unterstützung anzunehmen und auf die eigene Belastungsgrenze zu achten.

Die DMSG Niedersachsen unterstützt Angehörige mit Beratungsangeboten und Möglichkeiten zum Austausch. Angehörigengruppen und ein jährlich stattfindendes Wochenendseminar bieten Raum, Erfahrungen zu teilen, Fragen zu stellen und sich gegenseitig zu stärken.

Unterstützung durch die DMSG Niedersachsen

Die Sozialberatung der DMSG Niedersachsen unterstützt Menschen mit MS und ihre Angehörigen bei allen Fragen rund um die Erkrankung – individuell, vertraulich und unabhängig.

> „Die DMSG bietet vielseitige Unterstützung für Betroffene und Angehörige"
>
> Joachim, 64 Jahre

VITREA
REHAKLINIK
BAD BERLEBURG

Seit über 40 Jahren behandeln wir Menschen mit Multipler Sklerose.

Profitieren Sie von unserem vielfältigen, auf Ihre Bedürfnisse abgestimmten Behandlungsangebot.

In der Urlaubsregion Südwestfalen finden Sie Raum, neue Kraft für Alltag und Beruf zu schöpfen.



VITREA - stärker als gestern

VITREA Rehaklinik Bad Berleburg
Am Schloßpark 11
57319 Bad Berleburg

Telefon: 02751 88-73010

Chefarzt / Ärztlicher Direktor:
Dr. med. Dietmar Schäfer

Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung

Die DMSG-Beratungsstelle Braunschweig leistet seit 2018 Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB), was eine Leistung des Bundesteilhabegesetzes (Sozialgesetzbuch IX, § 32) ist. Der Gesetzgeber hat erkannt, dass es für Menschen, die von Behinderung oder chronischer Krankheit betroffen sind, oftmals nicht leicht ist, Zugang zu den Leistungen zu finden, die ihnen zustehen und die Nachteile ausgleichen sollen.

Dieses niedrigschwellige Angebot besteht schon im Vorfeld der Beantragung konkreter Leistungen. Es ist unabhängig von den Rehabilitationsträgern, deren Beratungspflicht aber trotzdem weiterhin besteht.

Juliusstraße 2
38118 Braunschweig
Telefon: 0531 886334-29 oder 30
E-Mail: info@dmsg-eutb-bs.de
www.dmsg-eutb-bs.de

Wir haben für Sie geöffnet:
Dienstag, Mittwoch, Freitag
von 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr
Dienstag von 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Terminvereinbarungen auch an anderen Tagen und Zeiten möglich

Ziel und Aufgabe der EUTB ist die Stärkung der Selbstbestimmung von Menschen mit Behinderungen und denen, die davon bedroht sind. Das schließt ausdrücklich Menschen mit chronischen Krankheiten ein. Finanziert durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales (BMAS) ist sie unabhängig von Leistungserbringern und Kostenträgern. Dadurch kann parteilich im Interesse der Ratsuchenden und deren Angehörigen gearbeitet werden. In der Beratungsstelle arbeiten aktuell vier hauptamtliche Sozialpädagoginnen. Durch eigene Behinderungen haben sie zusätzlich einen Status als „Peer-Beraterinnen". Sie beraten zu:

- Eingliederungshilfe (BTHG)
- Schwerbehindertenrecht, z. B. Beantragung eines Grads der Behinderung (GdB)
- Alltagsbewältigung mit Behinderung
- Gestalten des Wohnumfelds
- Teilhabe am Arbeitsleben
- Pflege und Mobilität
- Rehabilitation
- Heil- und Hilfsmittelversorgung
- und allgemein zu einem aktiven selbstbestimmten Leben

Die gute Beratung unserer DMSG-Mitglieder bleibt wie gewohnt bestehen. In Braunschweig ist sie ausgedehnt auf alle Ratsuchenden im Bereich Teilhabe und Inklusion. ■

Die EUTB wird gefördert vom Bundesministerium für Arbeit und Soziales (BMAS)

EUTB® Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung | Braunschweig
Träger: dmsg Niedersachsen e.V.

Gefördert durch:
Bundesministerium für Arbeit und Soziales
aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

MS trifft Menschen mitten im Leben

Stellen Sie sich vor: Sie sitzen beim Arzt – und plötzlich verändert ein Satz Ihren Blick auf die Zukunft:

„Sie haben Multiple Sklerose."

Was löst dieser Moment aus? Vielleicht Unsicherheit, weil MS zwar bekannt ist, die Erkrankung aber plötzlich ganz persönlich wird. Vielleicht Angst, weil Zukunftspläne, Wünsche und Lebensentwürfe ins Wanken geraten. Und vor allem: viele Fragen. **Wie geht es jetzt weiter? Was bedeutet MS für meinen Alltag, meine Arbeit, meine Familie und meine Zukunft?**

Für mehr als **30.000 Menschen in Niedersachsen** ist diese Situation Realität.

Die **DMSG Niedersachsen** lässt Menschen mit MS und ihre Angehörigen in dieser herausfordernden Zeit nicht allein. In unseren sechs Beratungsstellen bieten unsere Mitarbeiterinnen persönliche Beratung, Orientierung und konkrete Unterstützung – kompetent, vertraulich und nah am Menschen.

Gerade wenn eine Diagnose das Leben von einem Moment auf den anderen verändert, braucht es jemanden, der zuhört, Fragen ernst nimmt und gemeinsam neue Perspektiven entwickelt.

Damit niemand mit MS allein bleiben muss.

Ihre Spende trägt dazu bei, dass Menschen mit MS und ihre Familien auch künftig diese Unterstützung bekommen, die sie brauchen. Sie helfen uns, ein Stück **Sicherheit, Selbstbestimmung und Lebensqualität** zu erhalten – und Menschen dabei zu begleiten, ihren eigenen Weg mit MS zu finden.

Ihre Spende macht Beratung und Unterstützung möglich.

Helfen Sie mit, dass Menschen mit MS in Niedersachsen auch in Zukunft professionelle und persönliche Unterstützung finden.

Unser Spendenkonto:

Hannoversche Volksbank
Kontoinhaber: DMSG Niedersachsen
BIC: VOHADE2HXXX
IBAN: DE89 2519 0001 0585 7775 00

Neurorehabilitation auf höchstem Niveau

KOMPETENZ
- Multiple Sklerose
- Schlaganfall
- Post-Polio
- Guillain-Barré-Syndrom
- Parkinson
- Post-Covid-Syndrom

ERFAHRUNG
- Seit mehr als 30 Jahren spezialisiert

INNOVATION
- Einzigartige, wissenschaftlich überprüfte Therapiekonzepte

Einmal Quellenhof – immer Quellenhof



Quellenhof Bad Wildbad

Neurologisches Rehabilitationszentrum Quellenhof

www.quellenhof.de

Förderkreis MS

Förderkreis zugunsten der dmsg Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft Landesverband Niedersachsen e.V.

Unterstützen Sie uns als Fördermitglied!

Der Förderkreis zugunsten der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft – Landesverband Niedersachsen e. V. unterstützt seit 2008 den wichtigen und vielfältigen Einsatz der DMSG Niedersachsen für die über 30.000 MS-Erkrankten und ihre Angehörigen in Niedersachsen.

Um die Arbeit der engagierten Haupt- und Ehrenamtlichen erhalten zu können, sind verlässliche Spendende und neue Mitglieder von enormer Wichtigkeit. ■

Unterstützen Sie uns bei dieser Aufgabe.

Spendenkonto:

Nord-LB/Hannover
Kontoinhaber: Förderkreis zugunsten der DMSG Niedersachsen
IBAN: DE04 2505 0000 0199 8984 95

Selbstverständlich erhalten Sie eine Spendenquittung, die Sie beim Finanzamt einreichen können.

Ihre Spende bewegt etwas!

MEDIAN



- Seit 2008 DMSG-anerkanntes MS-Rehabilitationszentrum mit MS-Ambulanz an der Nordsee
- Individuell angepasstes, multidisziplinäres und auf MS spezialisiertes Therapiekonzept: Kompetente neurologische Beratung, aktivierende Pflege, Physiotherapie, Ergotherapie/Arbeitstherapie, Neuropsychologie/psychologische Beratung, psychologische Fahrtauglichkeitsuntersuchung, Logopädie inkl. FEES Untersuchungen bei Dysphagien/Schluckstörungen, Sozialarbeit, schubprophylaktische Therapie, Hilfsmittelberatung und -versorgung, individuelle Hilfsmittelversorgung/-anpassung (u. a. Orthesen), Ganzkörpertherapie, Therapie im Wasser, funktionelle Elektrostimulation, MS-Gesprächskreis, Selbsthilfegruppe.
- Zusätzlicher Schwerpunkt Orthopädie, ergänzend sinnvoll zur Behandlung orthopädischer Folgeschäden der MS
- 200 Einzelzimmer (überwiegend behindertengerecht eingerichtet, inkl. der Badezimmer)

MEDIAN Klinik Wilhelmshaven
Bremer Straße 2 · 26382 Wilhelmshaven
Chefärztin Neurologie/Neurochirurgie: Dr. med. Michelina Bocchicchio
Sekretariat: Frau Jürgens: 04421-945-651 · E-Mail: whv.neurologie@median-kliniken.de

Forschung – die Perspektive von Menschen mit MS zählt

Eine gute Versorgung orientiert sich an den Menschen, die sie in Anspruch nehmen. Deshalb setzt sich die DMSG Niedersachsen dafür ein, die Erfahrungen und Bedürfnisse von Menschen mit MS in Forschung und Versorgungsentwicklung einzubringen. Denn Menschen mit MS wissen selbst am besten, vor welchen Herausforderungen sie im Alltag stehen, wo bestehende Versorgungsangebote an ihre Grenzen stoßen und welche Unterstützung tatsächlich hilfreich ist.

Federführend ist hierbei der DMSG-Bundesverband. Die DMSG Niedersachsen war in den vergangenen Jahren als Projektpartner an zwei großen Forschungsprojekten beteiligt.

> „Die DMSG ist wichtig, weil ich dort fundierte Informationen zur MS-Forschung und über neue medikamentöse Fortschritte erhalte!"
>
> Esther, 51 Jahre

MS-PoV – Patientenorientierte Versorgung in Niedersachsen

Das von der DMSG Niedersachsen initiierte Forschungsprojekt **MS-PoV – Multiple Sklerose: patientenorientierte Versorgung in Niedersachsen** wurde unter der Leitung der Medizinischen Hochschule Hannover durchgeführt und vereinte verschiedene Projektpartner. Ziel des mehrjährigen, durch den Innovationsfonds des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA) geförderten Projekts war es, die medizinische Versorgung und Unterstützung von Menschen mit MS besser zu verstehen und wissenschaftlich fundierte Ansätze für eine Verbesserung der Versorgung zu entwickeln.

Unter anderem wurde untersucht, welche Gesundheitsleistungen Menschen mit MS in Anspruch nehmen und welche unterschiedlichen Bedürfnisse und Lebenssituationen dabei eine Rolle spielen. Seit Ende Juni 2025 sind der umfassende Ergebnisbericht und der Beschlusstext des Gemeinsamen Bundesausschusses online verfügbar. >>

Hasomed RehaCom®

MEDIZINPRODUKT

Multiple Sklerose betrifft auch Ihr Denken.

SEIT 40 Jahren bewährt



Kognitives Heimtraining bei MS.

Konzentration, Gedächtnis und Denktempo gezielt trainieren.

- Ohne Anfahrt, bequem zu Hause
- Trainieren, wann es Ihnen passt
- Passt sich Ihrem Niveau an

Erfahren Sie mehr unter:
www.rehacom.de/multiple-sklerose

Ein Blick auf die umfangreichen Einzelauswertungen zeigt, dass **mehrheitlich Menschen mit MS** offensichtlich die Unterstützung vermissen, wie sie mit ihrer chronischen Erkrankung umgehen können. Für die DMSG Niedersachsen ist dies ein wichtiger Ansatzpunkt, die eigenen Angebote noch stärker bekannt zu machen und die Zusammenarbeit mit Kliniken und Praxen weiter auszubauen.

MS-Vita – Versorgung bei Blasen- und Darmfunktionsstörungen

An diesen Ansatz knüpft das partizipative Forschungsprojekt MS-Vita an. Im Mittelpunkt steht die Frage, wie die Versorgung von Menschen mit MS mit Blasen- und Darmfunktionsstörungen sowie die Versorgung mit den dafür benötigten Hilfsmitteln verbessert werden kann.

Menschen mit MS und ihre Angehörigen werden dabei aktiv in den Forschungsprozess einbezogen und können ihre persönlichen Erfahrungen und Perspektiven einbringen. Die DMSG Niedersachsen beteiligt sich erneut als Projektpartner. Die Projektleitung liegt bei der Fakultät Gesundheitswesen der Ostfalia Hochschule für angewandte Wissenschaften am Standort Wolfsburg.

Bei Drucklegung lagen noch keine endgültigen Ergebnisse vor.

Menschen mit MS als Expert*innen für ihr eigenes Erleben

Beide Projekte wurden durch den Innovationsfonds des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA) gefördert. Wir bedanken uns bei allen Mitgliedern, die sich aktiv an den Projekten beteiligt haben.

MS-PoV und MS-Vita zeigen beispielhaft, welchen Wert die Beteiligung von Menschen mit MS an Forschung und Versorgungsentwicklung hat – sei es bei Befragungen, in Fokusgruppen oder durch ihre Mitwirkung an den Forschungsprozessen. Ihre Erfahrungen machen sichtbar, welche Bedürfnisse im Versorgungsalltag bestehen und welche Veränderungen notwendig sind.

> „Die DMSG ist für mich wichtig, da es dort echte Menschen gibt, mit denen ich sprechen kann, die kompetent sind und viel für MS-ler und deren Angehörige tun."
>
> Elke, 67 Jahre



Partizipative Forschung bedeutet dabei mehr als eine reine Befragung: Menschen mit MS werden als Expert*innen für ihr eigenes Erleben ernst genommen und aktiv in Forschungsprozesse einbezogen.

Die DMSG Niedersachsen setzt sich dafür ein, dass die Perspektiven von Menschen mit MS und ihren Angehörigen auch künftig in Forschung und Versorgung berücksichtigt werden. Denn gute Versorgung beginnt dort, wo den Menschen zugehört wird, die sie in Anspruch nehmen.

Für die DMSG Niedersachsen haben in beiden Projekten **Prof. Heidenreich und Anja Grau** mitgearbeitet und stehen für Rückfragen gerne zur Verfügung. ■



Prof. Dr. med Fedor Heidenreich
Vorstandsvorsitzender



Anja Grau
Geschäftsführerin

Impressum

Herausgeber:
Multiple Sklerose Gesellschaft,
Landesverband Niedersachsen
Engelbosteler Damm 104
30167 Hannover

Telefon: 0511 703338
Telefax: 0511 708981

info@dmsg-niedersachsen.de
www.dmsg-niedersachsen.de

Spendenkonto:
Hannoversche Volksbank
Kontoinhaber: DMSG Niedersachsen
BIC: VOHADE2HXXX
IBAN: DE89 2519 0001 0585 7775 00

Hinweise zum Datenschutz finden Sie unter
dmsg-niedersachsen.de/datenschutz.

Verlag:
GFMK GmbH & Co. KG
Zum Scheider Feld 20
51467 Bergisch Gladbach
Tel.: 02202 18898-0
E-Mail: info@gfmk.de
www.gfmk.de

Gestaltung:
renierkens kommunikations-design,
Köln, www.renierkens.de

Druck:
Fromm + Rasch GmbH & Co. KG,
Osnabrück

Titelbilder:
DMSG Landesverband Niedersachsen

Fotos/Abbildungen:
DMSG Landesverband Niedersachsen

Erscheinungstermin:
Dezember 2026

dmsg
Deutsche
Multiple Sklerose
Gesellschaft
Landesverband
Niedersachsen e.V.

www.dmsg-niedersachsen.de