



→ Langfristig aktiv mit MS

Menschen haben persönliche Lebensziele und verfolgen sie über einen längeren Zeitraum. Zum Beispiel im Rahmen ihrer Ausbildung oder beruflichen Laufbahn oder bei der Gründung einer Familie. Natürlich betrifft das auch Menschen mit Multipler Sklerose.

Einer der Schlüssel zur langfristigen Aktivität ist die Treue zur Therapie. Das gilt ganz besonders für die Phasen nach einem Schub, wenn mit den Beschwerden unter Umständen auch die Motivation nachlässt, die Therapie fortzuführen. Denn diese Phasen können lange stabil sein, sodass beim Betroffenen der Eindruck entsteht, die Medikation sei nicht unbedingt erforderlich. Doch hängt eine lange Schubfreiheit von der konsequenten Bekämpfung der MS ab, auch wenn sich die Anzeichen zurückbilden oder ganz verschwinden. Aktuellen Daten zufolge haben ein Viertel der Patienten, die COPAXONE® erhalten, innerhalb der letzten 20 Jahre gar keine Schübe entwickelt. Sie sind der Therapie aber treu geblieben.

- Von einer konsequenten medikamentösen Behandlung können Sie langfristig profitieren und Ihre persönlichen Lebensziele weiterverfolgen.
- Am besten unterstützen Sie Ihre Therapie durch eine aktive Lebensgestaltung – z.B. durch ein regelmäßiges kognitives und körperliches Training.

Eine chronische Erkrankung verleitet den Patienten grundsätzlich dazu, das im Rahmen der Therapie erforderliche Engagement etwas schleifen zu lassen, zumal wenn die Behandlung mit Nebenwirkungen verbunden ist oder vorübergehend eine gewisse Mutlosigkeit zu schaffen macht. In solchen Phasen kann die Unterstützung durch Angehörige und Freunde neue Kraft geben. Nutzen Sie auch die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen im Umgang mit der Erkrankung.

Bei aller Unsicherheit, die während der Behandlung zeitweise im Vordergrund stehen mag, ist eins jedoch sicher: Therapietreue beeinflusst den Erfolg maßgeblich!



Wie Sie Ihre Lebensqualität langfristig auf einem hohen Niveau erhalten:

- Machen Sie die Medikation zu einem festen Bestandteil im Tagesablauf.
- Sprechen Sie Ihren Arzt auf alles an, was Ihnen im Zusammenhang mit der Therapie auffällig erscheint, z.B. wenn es zu Nebenwirkungen kommt. Der Arzt kann Ihre Situation am besten einschätzen und erläutert Ihnen die Hintergründe – was manche Sorge relativieren kann.
- Sie können uns gern immer wieder anrufen; wir nehmen uns Zeit für Ihre besonderen Anliegen.
- Scheuen Sie sich nicht, unsere MS-Fachberater/innen anzurufen. Sie kommen gern wiederholt ins Haus, um ein Injektionstraining mit Ihnen durchzuführen, oder geben praktische Tipps zur Therapie.
- Verbinden Sie die Injektion mit einer Belohnung, die als Teil eines kleinen Rituals auf Sie wartet: eine Tasse Kaffee, die Morgenzeitung, ein Stück Schokolade – oder alles zusammen.
- Depressive Stimmungen lassen sich behandeln – suchen Sie Ihren Arzt auf! Es fällt Ihnen dann leichter, Ihrer Therapie treu zu bleiben.
- Bleiben Sie im Dialog mit Ihrem Arzt und Ihrem persönlichen Umfeld sowie im Austausch mit anderen Betroffenen, z.B. über die Foren im Internet – es ist immer gut zu wissen, dass man nicht allein ist.

Ihr Arzt hat Ihnen ein Präparat verordnet, das sich bei Multipler Sklerose bewährt hat. Eventuell auftretende Nebeneffekte sind bei Medikamenten, die das Immunsystem beeinflussen, u. U. als Hinweis darauf zu werten, dass sie grundsätzlich wirksam sind. Bleiben Sie also dran und verbessern Sie damit Ihre Chancen auf eine langfristige Vitalität. Das Erreichen Ihrer persönlichen Therapieziele basiert nicht zuletzt auf konsequenter Therapietreue.



Haben Sie weitere Fragen?

Gerne steht Ihnen das Aktiv mit MS Serviceteam unter der Email-Adresse info@aktiv-mit-ms.de oder unter der folgenden gebührenfreien Telefonnummer zur Verfügung: 0800–1970 970

Wir sind montags bis freitags von 8.00 Uhr bis 20.00 Uhr sowie samstags von 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr für Sie da. Oder besuchen Sie uns im Internet unter: www.aktiv-mit-ms.de