



Diagnose MS – Partner, die Ihnen mit Rat und Tat zur Seite stehen

Die Diagnose „Multiple Sklerose“ kommt für die Betroffenen meist aus heiterem Himmel. In der Regel geht sie mit einem akuten Schub einher, der sich durch verschiedene Symptome bemerkbar machen kann, die typisch für eine MS sind. Von einer chronischen Erkrankung betroffen zu sein stellt eine besondere Belastung dar. Die Gedanken drehen sich auch um die eigene Zukunft. Das seelische Gleichgewicht ist in dieser Phase durch Angst und Ungewissheit bedroht. Doch kann eine bewusste und aktive Lebensführung den Verlauf der MS positiv beeinflussen.

Was kann Ihnen unmittelbar nach der Diagnose helfen, sich in der neuen Situation zurechtzufinden?

- Auch wenn Sie Wut und Trauer spüren, was verständlich und zeitweise ganz normal ist, ziehen Sie sich nicht zurück! Binden Sie Ihre Partnerin bzw. Ihren Partner, Ihre Familie und Freunde ein. Versuchen Sie, aktiv weiterzuleben und sich mit der Multiplen Sklerose auseinanderzusetzen.
- Beziehen Sie Ihre Informationen aus seriösen Quellen! Ignorieren Sie die weitverbreiteten Gerüchte über die MS, die Sie irgendwo lesen oder hören.
- Notieren Sie vor jedem Arztgespräch Ihre Fragen.
- Lernen Sie, die eigenen Bedürfnisse zu erkennen. Nehmen Sie wahr, was Ihnen gut tut und was nicht, wo Sie Hilfe oder Unterstützung brauchen. Ein offener Umgang mit der Erkrankung erleichtert es Ihnen, Ihre Erfahrungen zu verarbeiten und mit der MS zu leben. Gerade am Anfang sollten Sie sich nicht zu sehr unter Druck setzen – es braucht Zeit, die Diagnose zu verarbeiten und Strategien für Ihren Alltag zu entwickeln.
- Versuchen Sie, Kontakte zu anderen Menschen mit MS zu knüpfen, beispielsweise über Internetteforen (z.B. auf www.aktiv-mit-ms.de) oder Selbsthilfegruppen. Sie werden im Austausch mit anderen Betroffenen sehen, dass es sehr viele Menschen gibt, die auch mit MS eine hohe Lebensqualität besitzen.

Wo bekommen Sie professionelle Hilfe?

- Um im Laufe der Zeit einen souveränen Umgang mit der MS zu entwickeln, ist ein Netzwerk aus Vertrauenspersonen wichtig. Sprechen Sie jederzeit Ihren Arzt, Ihren/Ihre MS-Fachberater/in für COPAXONE® oder Ihren persönlichen Ansprechpartner im [Aktiv mit MS Serviceteam](#) auf Ihre Probleme an. Im Zweifel erfolgt ein Hinweis auf die richtige Adresse.
- Umfassende Informationen erhalten Sie bei der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft e.V. (DMSG, www.dmsg.de). Sie vertritt die Belange von Menschen mit Multipler Sklerose (MS) und organisiert die sozialmedizinische Fürsorge.
- MS-Fachkliniken und MS-Schwerpunktpraxen bieten den Betroffenen häufig modernste Diagnose- und Therapiemöglichkeiten in Anpassung an den individuellen Krankheitsverlauf.
- Überall in Deutschland gibt es Selbsthilfegruppen, die Menschen mit MS den Austausch im persönlichen Gespräch ermöglichen. Informationen erhalten Sie bei der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (www.dag-shg.de).
- Öffentliche Stellen bieten diverse Leistungen an, um Menschen mit einem Handicap im Arbeitsleben zu unterstützen. Entsprechende Informationen und Hilfsangebote erhalten Sie bei den Integrationsämtern (www.integrationsaemter.de) und den Reha-Teams der Agentur für Arbeit.
- In der Bundesrepublik Deutschland haben sich 27 Berufsförderungswerke zu einem Netzwerk der beruflichen Rehabilitation zusammengeschlossen. Alle Adressen und Ansprechpartner finden Sie unter: www.berufsforderungswerk.de
- Alles rund um das Thema MS und eine große sowie lebendige Community von Betroffenen finden Sie unter www.aktiv-mit-ms.de
- Im Rahmen der Auseinandersetzung mit der MS kann psychotherapeutische Unterstützung eine wertvolle Hilfe sein.

Ihr Arzt hat Ihnen ein Präparat verordnet, das sich bei Multipler Sklerose bewährt hat. 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?

Das Aktiv mit MS Serviceteam steht Ihnen unter der E-Mail-Adresse info@aktiv-mit-ms.de oder unter der folgenden gebührenfreien Telefonnummer gern zur Verfügung: 0800 – 1 970 970

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