



## **MULTIPLE SKLEROSE – ein normales Leben führen, Welt-MS-Tag, 30.5.2012**

Von *jujopo*

Erstellt am 24 Mai 2012 - 17:00

Karlsbad – Positiv umgehen mit der Diagnose Multiple Sklerose – daran erinnert der Welt-MS-Tag jährlich. Denn auch mit dieser schweren Erkrankung ist es möglich, lebenswert zu leben. Das wissen Betroffene, die sich gezielt informieren, sich frühzeitig um professionelle Hilfe kümmern und aktiv an der Therapie mitwirken. Ergotherapeuten gehören für sie selbstverständlich ins Helferteam.

Ergotherapie: für mehr Lebensqualität

Die Diagnose Multiple Sklerose, kurz „MS“ genannt, ist niederschmetternd, denn bei den meisten Betroffenen treten die erste Symptome im Alter von 20 bis 40 Jahren auf. Zu diesem Zeitpunkt prägen Zukunftspläne und das Verwirklichen von Träumen das Leben. Berufsausbildung, Studium, Karriereplanung stehen ebenso an wie die Gründung einer Familie. Doch mit MS spielt plötzlich der Körper verrückt.

Obwohl Forschungsgruppen unterschiedlichste Ansätze verfolgen, gibt es derzeit noch keine Aussicht auf Heilung bei dieser Krankheit. Umso wichtiger ist es, den Betroffenen mit einer angemessenen Therapie möglichst viel Lebensqualität zu sichern. Eine der zielführendsten Möglichkeiten hierfür ist die therapeutische Unterstützung durch Ergotherapie.

Ergotherapie: individuell und aktuell

In Deutschland leiden derzeit etwa 130.000 Menschen an MS, die damit zu den häufigsten chronisch-entzündlichen Erkrankungen des Zentralnervensystems zählt. So abstrakt die Zahl klingt, so verschieden sind die betroffenen Menschen und die jeweiligen Krankheitsverläufe. Deshalb stimmen Ergotherapeuten ihre Therapie individuell auf jeden einzelnen MS-Patienten ab.

An MS-Erkrankte leiden unter körperlichen, im späteren Verlauf auch an geistigen Einschränkungen. Diese zu überwinden und den Alltag so selbstständig wie möglich zu bewerkstelligen, ist das Ziel der Ergotherapie. Dabei sieht diese Therapie den Multiple Sklerose-Patienten als vielschichtiges Individuum mit ganz persönlichen Bedürfnissen. Diese gilt es zu ermitteln ebenso wie Ressourcen, Ziele der Therapie und passende Maßnahmen. Im Verlauf immer wieder neu auf das aktuelle Befinden einzugehen und das Vorgehen entsprechend anzupassen, ist ein aktiver und meist gemeinsamer Lernprozess in der Ergotherapie.

Ergotherapie: vielseitig unterstützend

Zunächst analysieren Ergotherapeuten alles, was das Leben des MS-Erkrankten ausmacht. Dazu gehören ganz praktischen Aspekte wie die persönliche und häusliche Selbstversorgung oder die Frage nach der eigenen Mobilität - zuhause wie im Freien. Je nach Befund werden dann Handlungsabläufe, Bewegungsfähigkeit oder alternative Vorgehensweisen trainiert. Bei Bedarf wird auch eine Wohnraumanpassung eingeleitet.

Kann der Multiple Sklerose-Erkrankte die für ihn wichtigen Betätigungen nicht oder nur mehr teilweise selbst ausführen, schlägt der Ergotherapeut den Einsatz von Hilfsmitteln vor. Sie werden in Begleitung des Ergotherapeuten erprobt, ausgewählt und der Umgang mit ihnen erlernt. Denn oft erkennen die Erkrankten erst mit der Zeit den Wert von kräfteschonenden



Alltagshilfen wie Schreibhilfen für Stifte und PC, Einhandschäler oder Gehhilfen, die sie mobil und autark machen - eine wichtige Erfahrung, die das Gefühl von Selbstwirksamkeit und Autonomie vermittelt.

Gemeinsam: Zuversicht festigen

Die Betrachtung des Menschen als Ganzes ist Grundlage der Ergotherapie. Dies führt als Konsequenz zu einer ganzheitlichen Multiple Sklerose-Therapie. Ergotherapeuten achten deshalb nicht nur auf die körperlichen und geistigen, sondern auch auf die emotionalen Auswirkungen der MS. Sie helfen ihren Patienten zum Beispiel herauszufinden, welche Freizeitaktivitäten oder sogar ehrenamtliche Tätigkeiten sie wahrnehmen können. Denn ein ausgefülltes und aktives Leben stärkt die Psyche und wirkt positiv auf das Allgemeinbefinden von Menschen mit MS.

Ergotherapeuten schließen auch das soziale Umfeld, Freunde und Familie mit ein. Auch sie müssen lernen, mit MS umzugehen, das richtige Maß an Unterstützung anzubieten, den Multiple Sklerose-Erkrankten immer wieder zu motivieren, zu fordern und zu fördern und vor allem, im Gespräch zu bleiben. Nur so lässt sich die jeweilige Stimmung erspüren und ein positiver Umgang miteinander pflegen. Die Betroffenen können Pläne schmieden, sich selbst Ziele setzen und erreichen. Sie erleben Erfolgsmomente und werden von anderen gebraucht und respektiert – all das steigert das Selbstwertgefühl und den Zusammenhalt, es gibt Struktur und macht zuversichtlich.

Interdisziplinär: Erfolge der Therapie verstärken

Ergotherapeuten arbeiten mit Ärzten, Physiotherapeuten und Logopäden zusammen. Diese interdisziplinären Teams stimmen ihre Maßnahmen auf die individuellen Bedürfnisse der Patienten ab. Um die Erfolge der Therapie zu verstärken, überprüfen alle involvierten Spezialisten regelmäßig die Situation der an Multiple Sklerose-Erkrankten und richten gemeinsam ihre Behandlung gezielt auf die jeweils aktuellen Probleme aus. Die individuellen Einschränkungen MS-Erkrankter optimal therapieren – das ist die Devise des gesamten Helferteams.

Für alle wichtig: weitere Informationen bei MS

Ergotherapie ist ein wichtiges Heilmittel bei MS. Sie kann sowohl stationär in einer Klinik, in einem Rehabilitationszentrum, ambulant in einer Ergotherapie-Praxis oder auch im häuslichen Umfeld durchgeführt werden. Abhängig davon, welche Maßnahmen angewandt werden, dauert die Einheit bei einer Therapie zwischen 30 und 60 Minuten. Die Häufigkeit der Behandlungstermine richtet sich nach der Situation des Betroffenen.

Für Angehörigen von Multiple Sklerose-Patienten, die bestmöglich mit der Krankheit und den daraus resultierenden emotionalen Belastungen umgehen wollen, bieten viele Ergotherapie-Praxen und Reha-Einrichtungen spezielle Beratung oder Workshops an.

Auch Selbsthilfegruppen unterstützen. Sie geben MS-Erkrankten und ihren Angehörigen die Möglichkeit, nicht nur ihr Schicksal zu teilen, sondern sich auch gegenseitig mit Informationen und Hilfe zu versorgen. Betroffene, die nach einer solchen Gruppe oder weiteren Informationen suchen, können sich über folgende Internetseiten informieren: [www.dmsg.de](http://www.dmsg.de) [1] (Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft) / [www.amsel.de](http://www.amsel.de) [2] (Das Multiple Sklerose Portal) / [www.ms-infozentrum.de](http://www.ms-infozentrum.de) [3] (unabhängiges Informationszentrum) / [www.dve.info](http://www.dve.info) [4] (Deutscher Verband der Ergotherapeuten e.V.)

818 Wörter, 6.332 Zeichen inkl. Leerzeichen

Deutscher Verband der Ergotherapeuten e.V.  
Referat für Öffentlichkeitsarbeit



Angelika Reinecke

Tel.: 033203 80026

Fax: 033203 80251

E-Mail: [a.reinecke@dve.info](mailto:a.reinecke@dve.info) [5]

- [Krankheiten und Therapien](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 4 Dez 2021 - 23:04):** <https://www.medcom24.de/node/16317>

**Links:**

[1] <http://www.dmsg.de>

[2] <http://www.amsel.de>

[3] <http://www.ms-infozentrum.de>

[4] <http://www.dve.info>

[5] <mailto:a.reinecke@dve.info>