

Erfahrungen Betroffener

Wir haben Patient:innen der MS Tagesklinik dazu befragt, was Sie für Erfahrungen bei der Diagnose gemacht und was sie sich gewünscht hätten. Hier einige Stimmen:

„Es geht einfach nur darum, dass für viele Menschen, und da will ich mich nicht ausnehmen, dass so eine Diagnose einen Wechsel des Lebensstils bedeutet. So, und für viele... Da wird einfach Alles auf Links gedreht.“ (Mann, 37 Jahre)

„So, jetzt habe ich eine unheilbare Krankheit, das heißt ich habe maximalen Kontrollverlust. Gibt es trotzdem kleine Stellschrauben, die auch ich drehen kann und benutzen kann? (Frau, 31 Jahre)

„Also alles, was so in die Richtung geht, das kann ich tun, damit ich einen positiven Einfluss nehmen kann oder einen Umgang finden kann, dafür wäre ich wahnsinnig dankbar gewesen.“ (Frau, 28 Jahre)

Erfahrungen anderer nutzen

Auf der Website MS-Erfahrungen finden Sie noch mehr Erfahrungsberichte (Videos) von MS Betroffenen zum Alltag mit MS, zu Therapiemöglichkeiten, Rehabilitation und Lebensstilmaßnahmen.



www.ms-erfahrungen.de

... oder durch Scannen des QR-Codes:



Kontakt

Team der MS Tagesklinik

Telefon: +49 (0) 40 7410 - 54076

E-Mail: multipler-sklerose@uke.de

Beraterin: Dr. Karin Riemann-Lorenz

(Dipl. Oecotrophologin &
Gesundheitswissenschaftlerin)



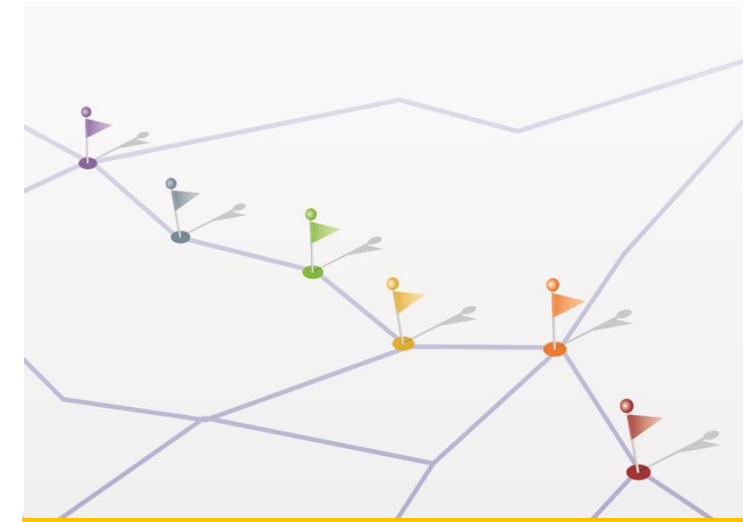
Hier finden Sie uns

Multiple-Sklerose-Tagesklinik und Ambulanz
Neurologische Poliklinik, Haus W34
Martinistraße 52 | 20246 Hamburg



Institut für
Neuroimmunologie und Multiple
Sklerose

H A M B U R G



Diagnose MS – wie geht es weiter?

Beratungsangebot der MS Tagesklinik zum
Umgang mit der Diagnose und zum
Lebensstil bei MS



Universitätsklinikum
Hamburg-Eppendorf

Diagnose MS – für viele ein Umbruch

Für viele Menschen ist die Diagnose einer chronischen Erkrankung zunächst ein Schock – so auch die Diagnose einer MS. Bei vielen Betroffenen entsteht dann ein großes Bedürfnis nach Informationen, vor allem zur medikamentösen Therapie. Dafür haben wir ein eigenes Beratungsangebot entwickelt, das DECISION Coaching Programm.



Doch auch in anderen Lebensbereichen und in späteren Phasen der Erkrankung stellen sich häufig viele Fragen.

Genau hier setzt unser neues Beratungsangebot an

Es geht darum, die für Sie wichtigen Fragen zum Umgang mit der MS zu besprechen. Beispiele sind:



- Wie sehr wird die MS meine bisherige Lebensplanung beeinflussen?
- Wie gehe ich in Partnerschaft und Familie mit der neuen Situation um?
- Gibt es berufliche Konsequenzen?
- Wo finde ich Unterstützung zur Bewältigung der neuen Situation?

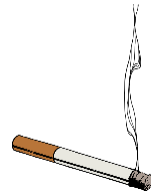


Viele Betroffene fragen sich auch, wie sie ihren Lebensstil so verändern können, dass der MS Verlauf möglichst günstig beeinflusst wird.

Unser Beratungsangebot umfasst 1 bis 2 Termine.

Lebensstil – welche Rolle spielt er für die MS?

Der eigene Lebensstil kann Einfluss auf die persönliche Lebensqualität haben, aber auch auf den Verlauf der MS. So weiß man, dass ausreichend körperliche Aktivität viele Symptome der MS lindern kann.



Andererseits zeigen epidemiologische Studien, dass Rauchen die Prognose der MS verschlechtern kann.

Auch das Thema Ernährung bei MS wirft für viele Fragen auf, die durch eine Google Suche nicht zufriedenstellend beantwortet werden:



- Muss ich eine spezielle Diät einhalten?
- Bringt es überhaupt etwas, seine Ernährungsweise zu verändern?
- Was sind die wichtigen Ernährungsfaktoren, was ist überhaupt belegt?
- Wer unterstützt mich auf dem Weg zu einer gesünderen Ernährung?



Wir besprechen Ihre Fragen und geben, wenn gewünscht, Hilfestellungen zur Veränderung von Lebensstilgewohnheiten.

Beratungsangebot zum Umgang mit der MS – das können Sie erwarten

In der Beratung geht es um die Fragen, die Ihnen auf den Nägeln brennen. Wir bieten selbst Information, Unterstützung & Programme an, z.B. zum Umgang mit Erschöpfung, bei der Verbesserung der körperlichen Fitness oder, bei Fragen zur gesunden Ernährung bei MS. Daneben verweisen wir auf qualitätsgesicherte Angebote anderer Anbieter, wie z.B. der Selbsthilfe (DMSG), der Krankenkassen oder der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung.

Das wünschen wir uns von Ihnen

Unser Beratungsangebot wird stark nachgefragt, es gibt lange Wartelisten. Wenn Sie also absehen können, dass Sie den Termin nicht wahrnehmen können oder wollen, sagen Sie bitte möglichst frühzeitig ab. Eine E-Mail an multiplesklerose@uke.de reicht!

Patient:inneninformationen auf der Webseite des INIMS

Viele weitere Informationen z.B. zu Diagnose, Prognose, Immuntherapie und Schwangerschaft sowie zu laufenden Studien an der MS-Tagesklinik und Ambulanz finden Sie unter:

<https://www.inims.de/clinic/>

... oder durch Scannen des QR-Codes:

