

Inhalt

| | |
|---|----|
| ■ Vorwort der Autorin | 8 |
| ■ Danksagung/Widmung | 9 |
| ■ Meine Krankengeschichte: »Ich lebe mit MS – nicht die MS mit mir« | 10 |
| ■ Geleitwort | 13 |
| ■ Geleitwort | 14 |



Geschichte der Multiplen Sklerose

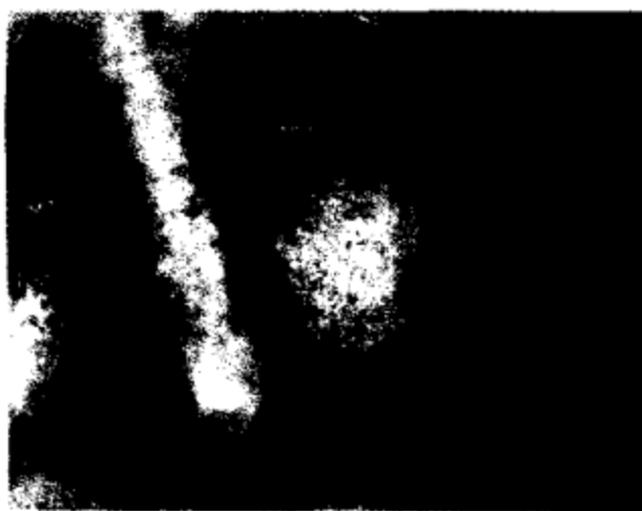
| | |
|---|----|
| ■ Vom Mittelalter bis ins 21. Jahrhundert – die MS im Wandel der Zeit | 17 |
|---|----|



Verbreitung und Ursachen

| | |
|--|----|
| ■ Wer ist erkrankt? | 26 |
| ■ In welchem Alter erkranken Menschen überwiegend an MS? | 26 |
| ■ Was sind die genauen Ursachen der MS? | 27 |
| ■ Warum erkranken Frauen häufiger als Männer? | 28 |

- **Welchen Einfluss haben Erbfaktoren auf die Entstehung der MS?** 28
- **Gibt es geografische Unterschiede?** 29
- **Hat die ethnische Zugehörigkeit Einfluss auf das Auftreten der MS?** 30
- **Spielen Umweltfaktoren und Einflüsse in der Kindheit eine Rolle?** 30
- **Haben Lebensstandard und Hygiene Einfluss auf MS?** 31



Was geht im Körper vor?

- **Wieso habe ich MS? Was ist MS überhaupt?** 33
- **Was passiert in unserem Körper? Vergleich Nervensystem – Computer** 36
- **Wie verteilen sich die Entmarkungsherde im Zentralen Nervensystem?** 37
- **Welche Faktoren lösen einen MS-Schub aus?** 38
- **Wie beginnen MS-Attacken?** 38
- **Was führt zur chronischen Entzündung und Entmarkung?** 40
- **Können die Entmarkungsherde wieder repariert und die Myelinscheide wiederhergestellt werden?** 40

- Gibt es unterschiedliche Typen demyelinisierender Läsionen? 41
- Wie ist unser Nervensystem aufgebaut? 42
- Wie ist unser Gehirn gegliedert? 47
- Wie funktioniert das Zusammenspiel in unserem Nervensystem? 50
- Was ist eine Autoimmunerkrankung und wie funktioniert unser Immunsystem? 50



Krankheitssymptome und Krankheitsverlauf

- Welche Frühsymptome können auf eine MS hindeuten? Wann sollten die Alarmglocken läuten? 53
- Welche MS-Symptome und Folgeschäden können im weiteren Krankheitsverlauf auftreten? 58
- Können Prognosen zum Krankheitsverlauf gestellt werden? 59
- Gibt es unterschiedliche Verlaufsformen der MS? 67



Diagnose

- **Der Diagnoseweg** 70
- **Welche Frühsymptome führen die Patienten zu welchem Arzt?** 70
- **Wie stellt der Neurologe die Diagnose MS?** 72
- **Wozu ist eine Differenzialdiagnostik notwendig?** 83
- **Gibt es Diagnosekriterien, die als Grundlage für die Diagnose MS dienen?** 84



Therapie

- **Wie kann die MS grundsätzlich behandelt werden?** 89
- **Wie wird ein Schub behandelt?** 91
- **Wann sollte eine Langzeittherapie begonnen werden? Welche Bedeutung hat die Frühtherapie?** 94
- **Sind Langzeittherapien auch im schubfreien Intervall erforderlich? Was geschieht zwischen den Schüben?** 96

Inhalt

- Welche Basis- und Langzeittherapien gibt es? 97
- Wie können chronisch-progrediente MS-Formen behandelt werden? 112
- Wie gehe ich mit den Symptomen der MS um und wie können sie behandelt werden? 113



Leben mit MS

- Welche emotionalen Reaktionen entstehen nach der Diagnose? 129
- Welche Probleme stellen sich nach der Diagnose? 138
- Welche Auswirkungen hat die MS auf die Familie? 139
- Wann und wie erkläre ich die Erkrankung Freunden, Bekannten und Kollegen und wie gehen diese damit um? 142
- Wie gestalte ich mein Leben mit MS? 143
- Wie gehe ich mit Stress und Emotionen um? 152
- Gibt es Ernährungsempfehlungen bei MS? 153
- Wie wirken sich Alkohol, Zigaretten und Drogen auf MS aus? 157
- Wie schütze ich mich vor akuten Erkrankungen? 158
- Kann MS Einfluss auf Partnerschaft und Sexualität nehmen? 160
- Wie gestalte ich meine Freizeit mit MS? 167

- Welche Therapiemöglichkeiten gibt es bei MS, um körperlich aktiv und fit für den Alltag zu bleiben? 173
- Welche rechtlichen Ansprüche habe ich mit MS? 181
- Wo finde ich Kontakt zu anderen Betroffenen? 186



Eigenverantwortung und MS-Nursing (Schwestern-Service)

- Wie wichtig ist Eigenverantwortung (Compliance) bei der MS-Therapie? 189
- Was sind die Aufgaben einer MS-Nurse? 190



Spezielle Tests zur Bewertung von Behinderung und Lebensqualität

- Patientenbefindlichkeitsfragebogen 192
- MSFC – Multiple Sclerosis Functional Composite 196



MS-Studien

- Die wichtigsten internationalen MS-Studien 198
- Das MS-Register in Deutschland 200



Weiterführende Informationen

- **Internetadressen und Newsletter** 202
- **Patientenbroschüren** 202
- **Bücher, Videos, CDs, DVDs** 204