

Wie behalte ich die Kontrolle über mein Leben mit MS? Aktuelle DMSG-Broschüre thematisiert die Krankheitsverarbeitung

Die Diagnose Multiple Sklerose (MS) ist immer zunächst ein Schock! Den Alltag mit dieser unheilbaren Erkrankung des Zentralen Nervensystems zu bewältigen, stellt jeden vor sehr große Herausforderungen: Denn eine Krankheit wie Multiple Sklerose bedeutet einen lebenslangen Anpassungsprozess. Wie MS-Erkrankte ihre eigenen - seelischen und körperlichen - Fähigkeiten einsetzen können, um die Kontrolle über ihr Leben und ihre Lebensqualität zurückzugewinnen, zeigt die neue Broschüre der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG)

Krankheitsverarbeitung – aktiv und selbstbestimmt: Ich und die MS.

Hannover, 02. Juni 2017: In fünf Kapiteln beschreibt dieser von DMSG-Bundesverband und AMSEL, Landesverband der DMSG in Baden-Württemberg, erarbeitete Ratgeber die unterschiedlichen Möglichkeiten und Herangehensweisen, sich von einer einschneidenden chronischen Erkrankung wie MS **nicht** das Zepter über die eigene Lebensgestaltung aus der Hand nehmen zu lassen, sondern sich selbstbestimmt, aktiv und selbstbewusst die eigene Handlungsfähigkeit zurückzuerobern.

Auf dem Weg zur Souveränität mit MS geht es auch darum zu erkennen, dass durch aktives eigenes Zutun jeder seinen Part dazu beiträgt, zu einer guten Lebensqualität zu kommen. Das bedeutet unter anderem, immer wieder die Balance herzustellen zwischen kranken und gesunden Anteilen im Leben, selbst zu bestimmen, wie viel Raum die Krankheit einnehmen soll.

Dieser Abdruck ist honorarfrei. Über ein Belegexemplar würden wir uns freuen.
Presstext und Bildmaterial sind im Internet abrufbar unter: www.dmsg.de

Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft, Bundesverband e.V.
Krausenstraße 50 • 30171 Hannover
Telefon: 0511 96834-0 • Telefax: 0511 96834-50 • E-Mail: dmsg@dmsg.de

Kritische Lebensereignisse bewältigen – ein Leben lang unterwegs mit MS thematisiert die lebenslangen Anpassungsleistungen und benennt Bewältigungsstile.

Salutogenese – zum Verständnis von Gesundheit und Gesunderhaltung stellt die Wissenschaft von der Entstehung und Erhaltung von Gesundheit vor und erläutert ihre drei Säulen, jeweils im Hinblick und Zusammenhang mit einer MS-Erkrankung: Das Leben mit MS verstehen (Verstehbarkeit), Herausforderungen bewältigen (Handhabbarkeit) und mit Sinn erfüllen (Sinnhaftigkeit).

Coping – vom Schock zur Selbstbestimmung beschreibt die verschiedenen Formen des Copings und wie MS-Erkrankte in acht Schritten zu mehr Kontrolle im Leben mit der Krankheit kommen können.

Auf die Einstellung kommt es an – von der Selbstreflexion zur Therapie gibt zielführende Informationen zu Psychotherapie, Achtsamkeitstraining und Patientencoaching.

Ein Danke-schön geht an den Diplom-Psychologen Michael Berthold und an die Dipl. Sozialpädagogin Silke Wohleben, Beraterin der AMSEL in psychologischen Fragen der Krankheitsbewältigung, für die fachliche Unterstützung sowie an die BARMER, die im Rahmen der Selbsthilfeförderung der Krankenkassen die Layout und Druckkosten der Broschüre übernommen hat. *Krankheitsverarbeitung – aktiv und selbstbestimmt: Ich und die MS* kann über den Online-Shop auf www.dmsg.de und in den Geschäftsstellen der DMSG-Landesverbände bestellt werden.

Zeichen (mit Leerzeichen): 2.941
Zeichen (ohne Leerzeichen): 2.558

Dieser Abdruck ist honorarfrei. Über ein Belegexemplar würden wir uns freuen.
Presstext und Bildmaterial sind im Internet abrufbar unter: www.dmsg.de

Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft, Bundesverband e.V.
Krausenstraße 50 • 30171 Hannover
Telefon: 0511 96834-0 • Telefax: 0511 96834-50 • E-Mail: dmsg@dmsg.de

Hintergrund:

Der **DMSG-Bundesverband e.V.**, 1952/1953 als Zusammenschluss von Patienten und medizinischen Fachleuten gegründet, vertritt die Belange Multiple Sklerose Erkrankter und organisiert deren sozialmedizinische Nachsorge.

Die Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft mit Bundesverband, 16 Landesverbänden und derzeit 857 örtlichen Kontaktgruppen ist eine starke Gemeinschaft von MS-Erkrankten, ihren Angehörigen, 4.186 engagierten ehrenamtlichen Helfern und 251 hauptberuflichen Mitarbeitern. Insgesamt hat die DMSG rund 45.000 Mitglieder.

Mit ihren umfangreichen Dienstleistungen und Angeboten ist sie heute Selbsthilfe- und Fachverband zugleich, aber auch die Interessenvertretung MS-Erkrankter in Deutschland. Schirmherr des DMSG-Bundesverbandes ist Christian Wulff, Bundespräsident a.D.

Multiple Sklerose (MS) ist eine chronisch entzündliche Erkrankung des Zentralnervensystems (Gehirn und Rückenmark), die zu Störungen der Bewegungen, der Sinnesempfindungen und auch zur Beeinträchtigung von Sinnesorganen führt. In Deutschland leiden nach neuesten Zahlen des Bundesversicherungsamtes mehr als 200.000 Menschen an MS. Trotz intensiver Forschungen ist die Ursache der Krankheit nicht genau bekannt.

MS ist keine Erbkrankheit, allerdings spielt offenbar eine genetische Veranlagung eine Rolle. Zudem wird angenommen, dass Infekte in Kindheit und früher Jugend für die spätere Krankheitsentwicklung bedeutsam sind. Welche anderen Faktoren zum Auftreten der MS beitragen, ist ungewiss. Die Krankheit kann jedoch heute im Frühstadium günstig beeinflusst werden. Weltweit sind schätzungsweise 2,5 Millionen Menschen an MS erkrankt.

Dieser Abdruck ist honorarfrei. Über ein Belegexemplar würden wir uns freuen.
Presstext und Bildmaterial sind im Internet abrufbar unter: www.dmsg.de

Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft, Bundesverband e.V.
Krausenstraße 50 • 30171 Hannover
Telefon: 0511 96834-0 • Telefax: 0511 96834-50 • E-Mail: dmsg@dmsg.de