

Presse-Information

Press Release

AMSEL, Aktion Multiple Sklerose Erkrankter, Landesverband der DMSG in Baden-Württemberg e.V.

Stuttgart, 14. Juli 2010

Neue Broschüre der AMSEL: Wellness für Körper & Seele

Um Entspannung mit Bädern, Massagen, Düften und Sauna geht es in der jüngsten Publikation der AMSEL für MS-Kranke „Wellness für Körper & Seele“. Die vierte Broschüre in der Themenreihe „Entspannung“, die die AMSEL erarbeitet hat, ergänzt die bisher erschienenen Broschüren „Harmonie durch Bewegung“, „Innere Ruhe finden“ und „Selbstheilungskräfte aktivieren“.

Gute und professionelle Wellnessanwendungen harmonisieren, gleichen aus und bauen negativen Stress ab. Für MS-Kranke bieten sie damit eine Möglichkeit zu mehr Lebensqualität trotz stärkerer Belastungen durch die Krankheit Multiple Sklerose. Die aktuelle AMSEL-Publikation stellt verschiedene Möglichkeiten vor, das körperliche, geistige und seelische Wohlbefinden zu steigern, um so das Leben auch mit einer chronischen Erkrankung genießen zu können und entspannter in den Alltag zu schauen.

Auf 28 Seiten wird die wohltuende Wirkung von Wasser, seien es Wechselbäder, Wassergymnastik, Bewegungs-, Sprudel- oder Aromabäder und Wärme in Sauna oder Dampfbad beschrieben. Verschiedene Massagen wie Fußreflexzonenmassage, Ölmassage und Körperanwendungen wie Jin Shin Jyutsu oder Shiatsu werden vorgestellt und in einem dritten Bereich Pflanzenaromen und ihr Einfluss auf die Sinne dargestellt. Tipps, worauf bei den einzelnen Anwendungen zu achten ist, und Erfahrungsberichte MS-Kranker zeigen die Praxistauglichkeit.

Grundsätzlich gilt für alle in der Broschüre dargestellten Wellnessanwendungen: Sie sind für MS-Kranke geeignet, es gibt aber keine allgemein gültigen Richtlinien. Vielmehr sollte sich jeder nach dem Motto „Gut ist, was gut tut“ aus der großen Auswahl von Wellnessangeboten das heraussuchen, was für ihn persönlich das richtige ist. Die Broschüre lädt ein, neues auszuprobieren und herauszufinden, was einem selber gut tut, um den Alltag mit MS zu bewältigen.

Der patientenfreundliche, auch optisch anregend gestaltete Ratgeber kann im Online-Shop der AMSEL unter www.amsel.de oder per Post unter AMSEL e.V., Regerstraße 18, 70195 Stuttgart, bestellt werden.

AMSEL Baden Württemberg e.V.

Stuttgart, **14. Juli 2010**

Anschläge ohne Leerzeichen: 1.888

Anschläge mit Leerzeichen: 2.189

Hintergrund:

AMSEL – wer ist das?

Die AMSEL, Aktion Multiple Sklerose Erkrankter, Landesverband der DMSG in Baden-Württemberg e.V. ist Fachverband, Selbsthilfeorganisation und Interessenvertretung für MS-Kranke in Baden-Württemberg. Die Ziele der AMSEL: MS-Kranke informieren und ihre Lebenssituation nachhaltig verbessern. Der AMSEL-Landesverband hat über 8.600 Mitglieder und 60 AMSEL-Kontaktgruppen in ganz Baden-Württemberg. Mehr unter www.amsel.de

Multiple Sklerose (MS) ist die häufigste Erkrankung des Zentralnervensystems. Aus bislang noch unbekannter Ursache werden die Schutzhüllen der Nervenbahnen wahllos und an unterschiedlichen Stellen angegriffen und zerstört, Nervensignale können in der Folge nur noch verzögert weitergeleitet werden. Die Symptome reichen von Taubheitsgefühlen über Seh-, Koordinations- und Konzentrationsstörungen bis hin zu Lähmungen. Die bislang unheilbare Krankheit bricht gehäuft zwischen dem 20. und 40. Lebensjahr aus. In Deutschland leiden rund 130.000 Menschen an MS. Weltweit sind schätzungsweise 2,5 Millionen Menschen an MS erkrankt.

Der Abdruck dieser Presse-Information ist honorarfrei.
Über ein Belegexemplar würden wir uns freuen.