

# Presse-Information

# Press Release

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

Stuttgart, 27. Februar 2024

## In Bewegung bleiben mit Multipler Sklerose

Bewegung tut gut, gerade auch bei chronischen Erkrankungen wie der Multiplen Sklerose (MS). Was zu beachten ist, erklärt Physiotherapeutin Sabine Lamprecht, Master of Science (M.Sc.) Neurorehabilitation, im AMSEL-Vortrag „MS und Bewegung“ am Donnerstag, 14. März 2024, 18:00 Uhr in Seligweiler Hotel & Restaurants, Seligweiler 1, Ulm. Der Fachvortrag findet in Kooperation mit der AMSEL-Kontaktgruppe Ulm statt. AMSEL, Aktion Multiple Sklerose Erkrankter, Landesverband der DMSG in Baden-Württemberg e.V., ist seit 50 Jahren Fachverband, Interessenvertretung und Selbsthilfeorganisation für Menschen mit Multipler Sklerose (MS) und ihre Angehörigen. Mehr unter [www.amsel.de](http://www.amsel.de).

Wissenschaftliche Erkenntnisse haben gezeigt, dass sich Bewegung positiv auf die Erkrankung MS auswirken kann. Gleichgewicht, Koordination, Fatigue (MS-bedingte, abnorme Erschöpfbarkeit), Gehfähigkeit und depressive Verstimmungen können u.a. verbessert werden. Wichtig hierfür ist es, spezifisch zu üben bzw. zu trainieren. Durch gezielte Bewegungen lassen sich Bewegungsabläufe und die Beweglichkeit verbessern, Fortschritte erzielen und viele Symptome in den Griff bekommen. Gerade bei schwerer Betroffenen kann das eine Herausforderung sein, die aber viel bewirken kann. Für jeden gibt es die passende Übung, ist die Referentin überzeugt. Sie stellt spezifische Trainingsmöglichkeiten für Menschen mit MS vor, Fußgänger wie auch Rollstuhlfahrer, und möchte zeigen, wie sie einfach und effektiv im Alltag trainieren können.

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenfrei. Eine Anmeldung bis 13. März beim AMSEL-Landesverband ist erforderlich, Tel. 0711 697860, E-Mail: [seminare@amsel.de](mailto:seminare@amsel.de).

AMSEL Baden-Württemberg e.V.

Stuttgart, **27. Februar 2024**

Anschläge ohne Leerzeichen: 1.453

Anschläge mit Leerzeichen: 1.667

Jetzt Fan werden: [www.amsel.de/facebook](http://www.amsel.de/facebook)

**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 rund 7.200 Mitglieder, über 60 AMSEL-Gruppen und 15 Junge Initiativen in ganz Baden-Württemberg.

Mehr unter [www.amsel.de](http://www.amsel.de)

**Multiple Sklerose (MS)** ist die häufigste entzündliche Erkrankung des Zentralnervensystems. Aus bislang noch unbekannter Ursache werden die Schutzhüllen der Nervenbahnen an unterschiedlichen Stellen angegriffen und zerstört, Nervensignale können in der Folge nur noch verzögert oder gar nicht weitergeleitet werden. Die Symptome reichen von Taubheitsgefühlen über Seh-, Koordinations- und Konzentrationsstörungen bis hin zu Lähmungen. Die bislang unheilbare, aber mittlerweile behandelbare Krankheit bricht gehäuft zwischen dem 20. und 40. Lebensjahr aus.

**MS in Zahlen**

34.500	MS-Kranke in Baden-Württemberg
3,2	MS-Kranke pro 1.000 Einwohner in Baden-Württemberg
1.800	Neuerkrankungen pro Jahr in Baden-Württemberg
5	Diagnosen täglich in Baden-Württemberg
252.000	MS-Kranke deutschlandweit
1,2 Mio.	MS-Kranke europaweit
2,8 Mio.	MS-Kranke weltweit

Der Abdruck dieser Presse-Information ist honorarfrei.

Über ein Belegexemplar freuen wir uns.