

## Kontakt

Klinik und Poliklinik für Neurologie  
Institut für Neuroimmunologie und MS (INIMS)

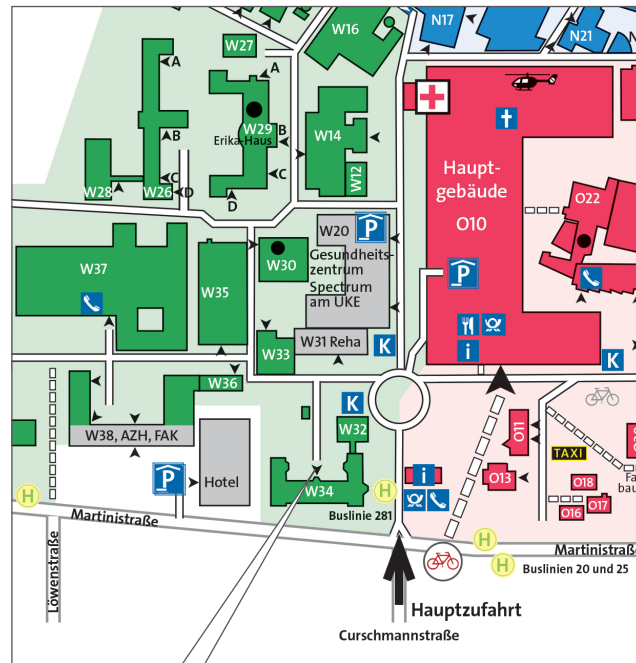
Prof. Dr. Christoph Heesen | MS-Sprechstunde  
Martinistraße 52, 20246 Hamburg  
Gebäude W34, EG links

Telefon: (040) 7410 - 54076  
Fax: (040) 7410 - 56973

Internet  
[www.inims.de](http://www.inims.de)

E-Mail  
[multiplesklerose@uke.de](mailto:multiplesklerose@uke.de)

## So finden Sie uns



Institut für Neuroimmunologie und MS (INIMS)  
Gebäude W34



**INIMS**  
Institut für Neuroimmunologie  
und Multiple Sklerose



Klinik und Poliklinik für Neurologie



Patienteninformation

## Diagnose MS – was tun?

## Diagnose Multiple Sklerose

Ihre Beschwerden und die Ergebnisse der Diagnostik haben dazu geführt, dass bei Ihnen die Erkrankung Multiple Sklerose (MS) diagnostiziert wurde. MS ist eine chronische, lebenslange Erkrankung des zentralen Nervensystems (ZNS), also des Gehirns und Rückenmarks.

Möglicherweise sind Sie jetzt erschrocken oder fühlen sich unsicher. Sie sollten wissen, dass in über einem Drittel der Fälle die MS einen gutartigen Verlauf nimmt.

## Was kann ich tun?

Neben der medikamentösen Immuntherapie, die das Auftreten von weiteren Schüben und ein Fortschreiten der Erkrankung hinauszögern sollen, stehen Ihnen weitere, nicht medikamentöse Angebote zur Verfügung, um den Verlauf der MS möglicherweise günstig zu beeinflussen.

Die nachfolgenden Angebote können Sie in der MS-Tagesklinik als ganzheitliches MS-Management-Programm wahrnehmen:

### 1. Entscheidung über die Immuntherapie

– Unterstützung durch das Decision Coach Programm

Eine speziell ausgebildete „MS-Nurse“ (Decision Coach) führt ein persönliches, ausführliches Gespräch mit Ihnen. Themen sind die MS-Diagnose selbst, die Möglichkeit den Verlauf der Erkrankung einzuschätzen und verfügbare Medikamente (Immuntherapien).

Außerdem bekommen Sie Zugang zu einer eigens entwickelten Informations-Plattform im Internet, in der Sie wissenschaftliche Ergebnisse zu MS und Immuntherapien nachlesen können. Dieses Programm umfasst 1 bis 2 Termine (je 1,5 bis 2 Stunden).

### 2. Sportmodul

Sport und körperliche Aktivität sind vermutlich die besten „Medikamente“, um das Nervensystem zu schützen. Durch Bewegungstherapie und Ausdauertraining verbessern sich nicht nur die Fitness, Mobilität, Lebensqualität und die Stimmung, sondern auch die Hirnleistung wird gesteigert. Darüber hinaus ist Fitnesstraining eine der wenigen Behandlungsmöglichkeiten beim so genannten MS-Fatigue, einer gesteigerten Ermüdbarkeit.

Das Sportmodul setzt sich aus 4 bis 5 Terminen zusammen (je 1,5 bis 2 Stunden).

Es beinhaltet:

- eine ausführliche Befragung Ihrer Sportgeschichte, persönliche Haltung und Motivation zu Sport
- eine umfangreiche Analyse Ihres sportmedizinischen Zustandes
- bis zu 2 Trainingsstunden, um verschiedene Übungsstrategien auszuprobieren
- einen Abschlussbericht mit persönlichen Empfehlungen zur Umsetzung im Alltag

Das Sportmodul soll Ihnen helfen, ihren Alltag mit mehr körperlicher Aktivität zu füllen und so über eine gesteigerte Leistungsfähigkeit eine nachhaltige Lebensqualitätsverbesserung zu erreichen.

### 3. Neuropsychologische Untersuchung

Häufig erleben MS-Patienten Veränderungen bei ihren Aufmerksamkeits- oder Gedächtnisleistungen. Diese können durch Entzündungsherde, aber auch durch Depression und Fatigue bedingt sein. Dabei ist es nicht einfach, Depressionen von gesteigerter Müdigkeit

(MS-Fatigue) zu trennen. Eine neuropsychologische Basisuntersuchung zu diesen Aspekten mit einer Hirnleistungsdiagnostik kann hier erfolgen, um diese Bereiche zu beleuchten. Im Verlauf kann die Basisuntersuchung sehr helfen, Veränderungen sowie den Nutzen von Medikamenten oder Lebensstilmaßnahmen besser einzuschätzen.

Die Untersuchung findet an einem ca. 3-stündigen Termin statt. Eine ausführliche Befundbesprechung inkl. Planung weiterer Maßnahmen erfolgt in den darauffolgenden Tagen.

### 4. Psychologische Beratung

Seelische Faktoren spielen bei MS oft eine Rolle. Zu Beginn der Erkrankung ist der Umgang mit der Diagnose einer MS häufig eine große Herausforderung, die es zu bewältigen gilt. Im Verlauf der Erkrankung kann es zu psychischen Beeinträchtigungen wie Ängsten oder einer Depression kommen. Wir bieten psychologische Beratung an, bei der sämtliche psychologischen Aspekte, mit denen MS-Patienten belastet sind, ihren Raum in geschützter Atmosphäre finden.

### 5. Ernährungsberatung

Im Zusammenhang mit der MS wird auch der Einfluss der Ernährungsweise bzw. einzelner Nährstoffe auf den Krankheitsverlauf diskutiert. Wir sind deshalb dabei, ein Ernährungsberatungsangebot aufzubauen. Wenn Sie sich dafür interessieren und zum gegebenen Zeitpunkt mehr darüber erfahren möchten, können Sie sich an der Anmeldung in eine Interessentenliste eintragen.