

# impulse

NTC

Neues aus der Neurologie und Psychiatrie

Zum Mitnehmen!

**OTTFRIED FISCHER:**  
*»Vom Parkinson lass ich mir nichts gefallen!«*



**PSYCHE**  
Trauer am Arbeitsplatz

**DEMENZ**  
Antikörper gegen das Vergessen

**MULTIPLE SKLEROSE**  
Symptome in den Griff bekommen

MULTIPLE SKLEROSE • PARKINSON • SCHLAGANFALL • PSYCHE • SCHMERZ • DEMENZ • EPILEPSIE

# Wir sind da. Für Sie.



**MS-Begleiter** ist das kostenlose und personalisierte Service-Programm für Menschen mit MS. Aber auch Angehörige, Freunde, Ärzte, MS-Begleiter Nurses und alle Interessierten finden hier jede Menge Wissenswertes rund um Erkrankung, Therapie und Alltag.



Web: [www.ms-begleiter.de](http://www.ms-begleiter.de)  
E-Mail: [service@ms-begleiter.de](mailto:service@ms-begleiter.de)  
Telefon: **0800 9080333**

**NEU**  
**MS persönlich**  
Mehr erfahren – mehr erleben.  
Mit der MS-Begleiter Zeitschrift.  
Kostenlos abonnieren auf  
[www.ms-persoenlich.de](http://www.ms-persoenlich.de)



Wer sichere Schritte tun will,  
muss sie langsam tun.

Johann Wolfgang von Goethe



## NTC IMPULSE WISSEN AUS ERSTER HAND

Sie möchten über bestimmte Erkrankungen mehr erfahren? Nutzen Sie unser umfangreiches Online-Archiv! Greifen Sie kostenlos auf alle Artikel von NTC Impulse zu. Sie finden alle 19 bisher erschienenen Ausgaben ab 01/2010 im PDF-Format, auch zum Herunterladen, oder können sich einzelne Artikel auf den Bildschirm holen.

Online-Archiv mit einfacher Suchfunktion: Wählen Sie die gewünschte Rubrik auf der Startseite, zum Beispiel *Multiple Sklerose* oder *Schmerz*, und erhalten Sie alle Artikel, Facharztbeiträge und Experten-Interviews zu Ihrem Thema!

Besuchen Sie uns auf  
[WWW.NEUROTRANSCONCEPT.COM](http://WWW.NEUROTRANSCONCEPT.COM)

# LIEBE LESERINNEN UND LESER!

Die Diagnose einer chronischen Erkrankung bringt es mit sich, den Alltags neu einzurichten und über die künftige Lebensgestaltung nachzudenken. Dabei stellt sich auch immer die Frage, ob und wie sich private und berufliche Ziele weiterhin verwirklichen lassen.

Wie das funktionieren kann, zeigt Schauspieler Ottfried Fischer. Mit seiner Parkinson-Erkrankung geht er seinem Traumberuf nach wie vor mit viel Elan und noch größerem Kampfgeist nach. Und junge Menschen wie Carolin – sie studiert trotz Epilepsie – motivieren dazu, an gesteckten Zielen festzuhalten.

Ob bei der Suche nach einer passenden Therapie, zu Fragen des Alltag, beruflichen Chancen oder zur körperlichen Aktivität – neben Ihrem Neurologen gibt es zahlreiche Ansprechpartner, die Sie unterstützen und dabei helfen, Ihr Leben mit einer chronischen Erkrankung zu meistern, und Sie auf Ihrem persönlichen Weg begleiten.

Wir wünschen Ihnen eine anregende Lektüre

Dr. Arnfin Bergmann  
Geschäftsführer NTC



Prof. Dr. Christian Bischoff  
Herausgeber



# WIE PATIENTEN VOM NTC-NETZ PROFITIEREN

Standorte der 76 NTC-Facharztpraxen in Deutschland

Die nächste NTC-Facharztpraxis ist auf dieser Übersichtskarte im Internet schnell zu finden: Es lassen sich einzelne Orte in Deutschland anwählen und Name und Adresse eines Facharztes erscheinen. Sie können auch nach Diagnose oder Therapie-Schwerpunkten suchen. Die Treffer leuchten auf der Übersichtskarte rot auf und zeigen die Praxisadressen an:

[www.neurotransconcept.com](http://www.neurotransconcept.com).



**N**eurologische Erkrankungen spielen eine immer bedeutendere Rolle: Jedes Jahr kommen rund 40.000 Fälle hinzu, das hat die Deutsche Gesellschaft für Neurologie ermittelt. Immer mehr Menschen bedürfen einer spezialisierten Betreuung: Schlaganfall, Demenz, chronische Schmerzen sind nur einige der Krankheitsbilder, die Neurologen in Zukunft vor neue Herausforderungen stellen.

Klar ist, dass der Bedarf an neurologischer Versorgung steigt, ebenso der Bedarf an psychiatrischer oder psychologischer Betreuung. In der Praxis sind die Grenzen zwischen den Fachbereichen fließend: Viele Erkrankungen der Nerven hängen eng mit der

Psyche zusammen. Umso wichtiger ist, dass Spezialisten mit unterschiedlichen Schwerpunkten zusammenarbeiten – zugunsten des Patienten.

## SPEZIALISTEN IM VERBUND

Genau das ist die Ursprungsidee von NeuroTransConcept, einem bundesweiten Netz von derzeit 76 spezialisierten Arztpraxen in den Fachbereichen Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie. Erklärtes Ziel ist, Patienten optimal zu versorgen: Sie profitieren vom Spezialwissen hochqualifizierter Neurologen, Nervenärzte, Psychiater und Psychologen, von erstklassigen Kontakten zu allen kompetenten Fachzentren deutschlandweit und vor allem von der individuellen Beratung.

## GEPRÜFTE QUALITÄT

Die Ansprüche an die Qualität der Facharztpraxen, was medizinische Kompetenz, moderne Ausstattung und zuverlässige Beratung betrifft, sind hoch. Alle NTC-Praxen sind nach der ISO-Norm und eigenen, strengen Kriterien zertifiziert und werden von externer Stelle regelmäßig überprüft. Nur wenn alle Qualitätskriterien erfüllt sind, erhalten sie unsere Auszeichnung NTC Center of Excellence. NeuroTransConcept ist ein von der Bundesärztekammer anerkanntes Fachärzte-Netz. ●





# VOM PARKINSON LASS ICH MIR NICHTS GEFALLEN!

Vor zwei Jahren zwang ihn die Krankheit zum Abschied vom Fernsehen. Jetzt ist Ottfried Fischer auf der Bühne wieder durchgestartet. Das Leben mit Parkinson ist harte Arbeit, wie ein Blick hinter die Kulissen zeigt. NTC Impulse sprach mit dem beliebten Schauspieler.

**S**ingen ist jetzt seine Leidenschaft. Auf der Bühne, vor Publikum. Schwankend dreht er eine Pirouette, führt seinen »Otto-Dance« vor – und auch seinen Parkinson. Mit Selbstironie und Eigenwilligkeit spielt Ottfried Fischer gegen den Parkinson an, der ihm sichtlich zu schaffen macht. »Uns beeindruckte der Mut, mit dem Ottfried Fischer in der Öffentlichkeit zu seiner Krankheit steht«, sagt Filmemacherin Andrea Schramm, die mit ihrem Kamerteam das Comeback des Schauspielers ein Jahr lang begleitet hat. Zu sehen ist der Film *Ottfried Fischers Freund Parkinson* in der ZDF-Mediathek.

## POSITIVES IMAGE

Ein Leben ohne Arbeit? Für Ottfried Fischer undenkbar. »Ich bleibe der Welt erhalten, so wie es mir passt und nicht, wie es der Parkinson gerne hätte«, erklärt er im Filmportrait. Allerdings wird die Erkrankung bei allen Auftritten fortan die zweite Hauptrolle spielen. Die vielen Tage, an denen sie alle Termine absagen müsse, die gebe es auch, erzählt uns seine Managerin Regina Weber. Darauf geht der Film über Fischer aber nicht ein. Bärenstarker

Kerl kämpft gegen seine Krankheit, drängt sich als Botschaft auf, übrigens auch in Fischers Memoiren *Das Leben ein Skandal*.

## HELDENHAFTES VORBILD?

Sollte man sich an Ottfried Fischer ein Beispiel nehmen? Ja, sagt Friedrich-Wilhelm Mehrhoff von der Deutschen Parkinson Vereinigung: »Der Mut, sich mit der Krankheit auseinanderzusetzen, und der Wille, gegen sie anzutreten, entscheiden maßgeblich über die Lebensqualität.« Die zotige Heldenhaftigkeit, die Ottfried Fischer zur Schau stellt, eigne sich weniger als Vorbild, meint Mehrhoff: »Gerade Jüngere mit Parkinson haben enorme berufliche Probleme, sich zu outen.« Für die öffentliche Meinung aber kann es sehr hilfreich sein, weil es ein neues Licht auf die Erkrankung wirft. Das Klischee des alten, zitternden Menschen hat jedenfalls ausgedient, auch die Medien öffnen sich für ein differenzierteres Bild und machen den Parkinson langsam salonfähig. Dazu dürfte Ottfried Fischer gerade mächtig beitragen. ●

kb

Links oben:

Letzte Dreharbeiten zu *Pfarrer Braun*, Oktober 2013.

Rechts oben:

Managerin Regina Weber über Ottfried Fischer:

»Der Parkinson stagniert dann, wenn er sich wohlfühlt.«

## Adrenalin hilft, Sturheit auch

**H**err Fischer, man gewinnt bei Ihnen den Eindruck: Sie leben mit Parkinson – und haben ihn besiegt.

Ich weiß nicht, ob das so sicher ist, dass er die Schnauze hält. Kann auch sein, dass sich »Freund Parkinson« mal wieder aufstellt. Ich glaube nicht, dass er so ohne Weiteres aufgibt. Das wäre seine erste Niederlage. Er gilt als unheilbar und eine Niederlage kann er sich nicht erlauben.

**Sie sagen über Ihre Arbeit: Alles geht, dauert aber länger. Ist das nicht anstrengender als früher?**

Früher war ich jeden Tag am Drehort. Heute habe ich, aufgrund der Filme, die ich nicht mehr mache, 200 Tage weniger als früher. Es ist also Zeit genug übrig, in der ich mir immer ganz lange überlegen kann, was ich machen will. Sie sehen jetzt ja nur meine Arbeit, aber nicht, wie viel ich faulenze.

**Wie schaffen Sie es, nicht zu schnell müde zu werden?**

Es sind Phasen kleiner Müdigkeit. Und die sind auf der Bühne mit Adrenalin und Willen durchaus in den Griff zu bekommen.

**Viele zwingt die Krankheit zum Ausstieg aus dem Arbeitsleben. Sie nicht. Lebt es sich besser mit Parkinson, wenn man an seinen Zielen festhält?**

Das würde ich so nicht sagen. Man kann von ihm lernen, dass die Entschleunigung was Angenehmes und was Schönes ist – wenn man sich traut, sie anzunehmen. Im Großen und Ganzen gibt der Parkinson Zeit für viele Überlegungen. Ich arbeite so viel, dass er von mir ausgehungert werden kann. ● kb

Mit seinem Programm *Jetzt noch langsamer* tourt der Kabarettist durch Deutschland. Mehr Infos unter [www.ottfried-fischer.de](http://www.ottfried-fischer.de)

# BALANCIEREN IST GUT

Regelmäßiges Gleichgewichtstraining macht das Stehen stabiler und das Gehen sicherer. Zudem können gezielte Übungen bei Parkinson-Patienten auch Strukturen im Gehirn verändern, wie das Max-Planck-Institut in Leipzig herausgefunden hat.

**T**rippelnde Schritte, schwankender Gang: Parkinson bringt bestimmte neue Bewegungsmuster mit sich. Das bedeutet, dass der Körper lernen muss, im Gleichgewicht zu bleiben. Oft klappt das nur bis zu einem bestimmten Grad. Denn für die Körperbalance sind feinste Impulse nötig, die aber bedingt durch Nervenschäden nicht mehr präzise zu den Muskeln weitergeleitet werden.

»Wer täglich trainiert, hilft nicht nur dem Körper, ins Lot zu kommen. Auch das Gehirn profitiert von gezielter Gymnastik«, erklärt Studienleiter Dr. med. Bernhard Sehm. »Wir konnten erstmals nachweisen, dass sich die Hirnstruktur von Parkinson-Patienten durch bestimmte Körperübungen ver-

ändert, und zwar genau in den für die Bewegung zuständigen Bereichen.«

## GRAUE ZELLEN TRAINIEREN MIT

Der Neurowissenschaftler konnte zudem zeigen, dass das durch das Training angeregte Gehirn krankheitsbedingte Defizite auch ausgleichen kann, indem andere Hirnbereiche aktiviert werden und Aufgaben übernehmen. Diese – Neuroplastizität genannte – Fähigkeit des Gehirns ermöglicht es ihm, sich auch trotz einer Erkrankung wie Parkinson ein Leben lang neuen Bedingungen anzupassen.

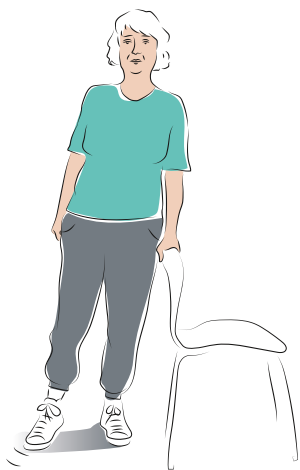
So hatten sich in der Untersuchung bei einigen der insgesamt 20 Patienten, die mit Erfolg über sechs Wochen

trainierten, Nervenzellen im Kleinhirn neu organisiert. Das Kleinhirn bleibt vom Parkinson weitgehend unberührt. Es könnte daher bei der Kompensation krankheitsbedingter Einschränkungen wichtiger sein als bisher angenommen und dazu beitragen, durch neue Nervenverknüpfungen Bewegung und Körperbalance wieder zu verbessern.

## SO STÄRKEN SIE IHR GLEICHGEWICHT

Auf einer wackeligen Platte zu balancieren, so wie im Forschungsprojekt, sollte nur mit fachkundiger Unterstützung ausprobiert werden. Für zu Hause gibt es leichtere Übungen. ● ag

## Basis-Programm



**Stehen auf einem Bein:** Verlagern Sie das Gewicht auf eine Körperseite und versuchen Sie, auf dem Standbein die Balance zu halten. Das entlastete Bein darf mit dem Fußballen leicht abgestützt werden. Zu Beginn des Trainings können Sie sich auch an einer Stuhllehne festhalten.



**Laufen auf einer Linie:** Setzen Sie auf eine Länge von mindestens einem Meter einen Fuß genau vor den anderen. Lassen Sie sich dabei anfangs von einem Angehörigen an der Hand führen.

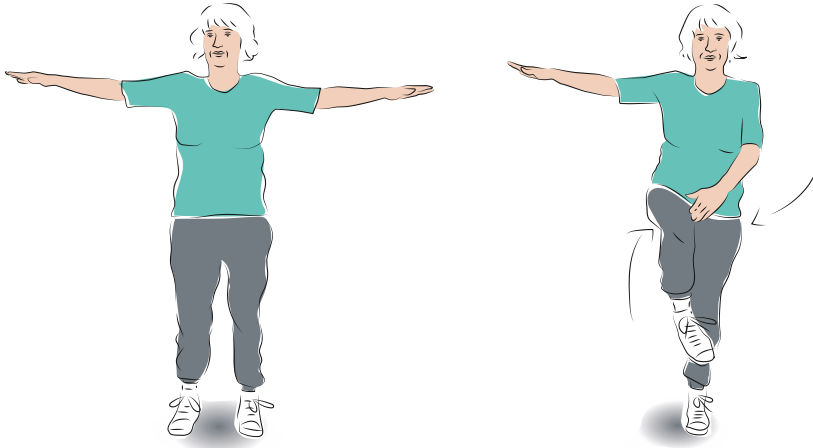


**Balancieren auf einem Kissen:** Stellen Sie sich auf eine dicke weiche Unterlage und versuchen Sie, das Gleichgewicht so gut wie möglich zu halten, auch wenn es sich wackelig anfühlt.



# FÜRS GEHIRN

*Für Fortgeschrittene*



.....  
**Überkreuzbewegung:** Stellen Sie Ihre Beine etwa hüftbreit und strecken Sie Ihre Arme mit den Handflächen nach unten seitlich aus. Heben Sie Ihr rechtes Bein, winkeln Sie dabei das Knie an und berühren Sie mit der linken Hand das angewinkelte Knie. Die rechte Hand bleibt seitlich ausgestreckt. Kehren Sie in die Ausgangsposition zurück und wiederholen Sie die Übung mit dem linken Bein und der rechten Hand.

.....  
Anzeige

# Leiden Sie an Tagesmüdigkeit bei Parkinson?

» Sprechen Sie Ihren Arzt darauf an.

# LÄNGER BEWEGLICH

Neu auf dem Markt zur Behandlung von Parkinson-Symptomen ist der Wirkstoff Safinamid. Die Filmtabletten sollen Wirkungsschwankungen in der Therapie mit L-Dopa verringern.

Zugelassen werden sollte das neue Parkinson-Medikament schon vor einigen Jahren. Doch dann erwies sich der Wirkstoff als nicht lohnend genug: Die erwartete verbesserte Kontrolle der motorischen Symptome enttäuschte bei Patienten im frühen Parkinson-Stadium. Nun ist Safinamid in die Apotheken gekommen und wird als Zusatztherapeutikum bei fortgeschrittener Krankheit und bei starken Schwankungen der Beweglichkeit empfohlen.

Denn für diejenigen, die mehr als acht Jahre mit Parkinson leben und auf L-Dopa eingestellt sind, konnten jüngere Zulassungsstudien die erwünschte Wirkung ausreichend nachweisen: Mit Safinamid steigerte sich bei ihnen die tägliche Zeit guter Beweglichkeit im Durchschnitt um rund

90 Minuten, von 9,5 auf 11 Stunden, berichtet Prof. Dr. med. Heinz Reichmann von der Uniklinik Dresden. Im Vergleich zur Placebo-Kontrollgruppe fühlten sich die mit dem Wirkstoff behandelten Patienten insgesamt stabiler. Innerhalb von zwei Jahren konnte bei jedem Fünften die tägliche L-Dopa-Dosis sogar gesenkt werden.

## NEBENWIRKUNGEN

Einem Gewinn an Beweglichkeit stehen mögliche Nebenwirkungen gegenüber. Häufig kommt es zu Übelbewegungen, manchmal auch zu Übelkeit, Schwindel und Kopfschmerz. Ob Safinamid als ergänzendes Medikament in Frage kommt, hängt davon, ob es zur bestehenden Medikation passt und es die Lebensqualität eines Patienten spürbar verbessern kann. ● kb



## PARKINSON BESSER CHECKEN

Für Kinder von Parkinson-Erkrankten lebt es sich anders: Papa spielt kein Fußball, Mama schafft die Küche nicht alleine – Rücksicht nehmen auf die Großen, das gehört von klein an zum Alltag. Einfach ist das nicht. Oft leiden junge Angehörige still, wollen verstehen, worum es geht, behalten ihre Fragen und Ängste aber lieber für sich. Für sie ist das Medienprojekt

»Parkinson Verstehen« gedacht, das eine Selbsthilfegruppe für junge Parkinsonkranke in Rheinland-Pfalz gestartet hat. Ein Lesebuch, ein Jugendmagazin und ein Internetportal mit Video-clips und Online-Forum helfen, das Thema Parkinson besser zu verstehen. »Die Idee dazu entstand aus Gesprächen mit den Kindern von Betroffenen«, sagt Wilfried Scholl von der Deutschen Parkinson Vereinigung. In Deutschland leben etwa 350.000 Menschen mit der Erkrankung, jeder Vierte von ihnen ist unter 50 Jahren. ● kb

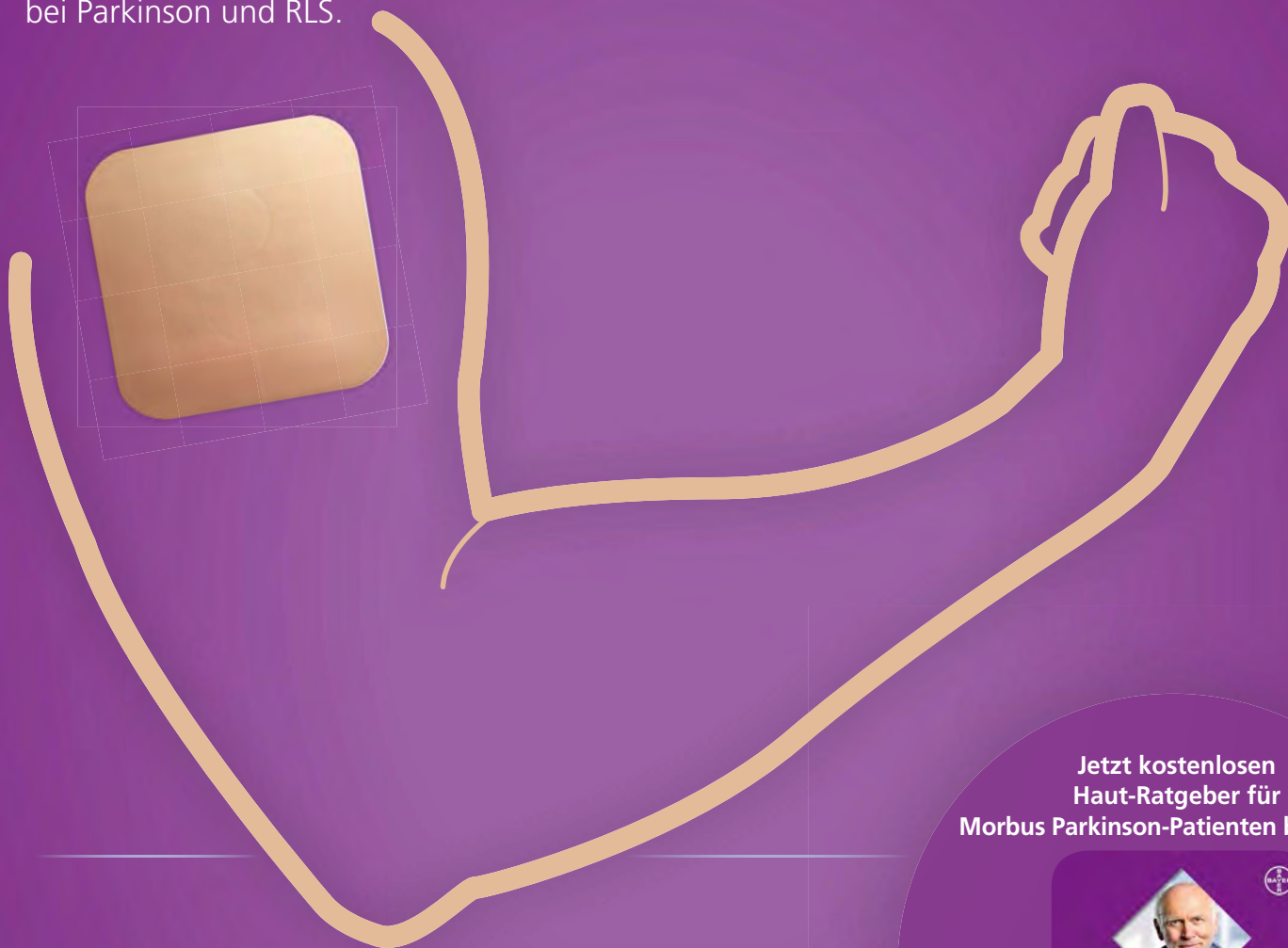
• **Infos über Parkinson für Kinder und Jugendliche:**

• [www.parkinsonverstehen.de](http://www.parkinsonverstehen.de)  
• [www.jupsons.com](http://www.jupsons.com)

# Starker Service



bei Parkinson und RLS.



## LegaPlus®

**Ihre Vorteile auf einen Blick:**

- ◆ Kostenloses Therapiebegleitprogramm
- ◆ Schulung zur Pflasterapplikation
- ◆ Umfangreiche Informationsmaterialien
- ◆ LegaPlus®-Serviceteam
- ◆ Qualifizierte LegaPlus®-Schwestern und -Betreuer

**Einfach gut betreut – bei Parkinson und RLS.**

Jetzt kostenlosen  
Haut-Ratgeber für  
Morbus Parkinson-Patienten bestellen!



**0800-70 70 706**  
(Mo.–Fr. 8–18 Uhr, kostenfrei)



# MEHR TAGESFRISCHE GEWINNEN

Zahlreiche Parkinson-Patienten haben tagsüber mit starker Müdigkeit zu kämpfen. Vor allem für die Berufstätigen wird ein plötzlicher Leistungsabfall im Alltag zum Problem. Mit gezielten Maßnahmen lässt sich einiges tun, um die Tagesfrische zu verbessern.

**W**ie massiv die Tagesmüdigkeit im Vergleich zu anderen Parkinson-Symptomen die Lebensqualität beeinträchtigen kann, zeigen Umfragen: Patienten finden eine eingeschränkte Beweglichkeit weniger störend als übermäßige Müdigkeit. Nur depressive Störungen bewerten sie schlimmer. Auch für Angehörige stellt die fehlende Tagesfrische bei betroffenen Familienmitgliedern im Zusammenleben und bei der Pflege ein Problem dar.

## OFT UNTERSCHÄTZT

Übermäßige Müdigkeit am Tag kann verschiedene Ursachen haben. Zum einen liegt es an der Parkinson-Erkrankung selbst, zum anderen können auch Medikamente dazu führen. So ist Tagesmüdigkeit eine häufige Nebenwirkung von Dopamin-Agonisten und kann auch unter L-Dopa auftreten – manchmal so stark, dass gewohnte Tätigkeiten im Alltag oder am Arbeitsplatz kaum mehr zu schaffen sind. Darüber hinaus können auch urologische Präparate Müdigkeit auslösen. Obwohl so häufig, wird dieses Symptom oft unterschätzt. Behandelnden Ärzten ist mitunter nicht klar, ob ihre Patienten stark unter Tagesmüdigkeit leiden, vor allem, wenn sie sich in der Praxissituation

munter fühlen und das Thema nicht zur Sprache bringen.

## BEDENKEN AUSSPRECHEN

Insbesondere für berufstätige Menschen mit Parkinson ist eine verbesserte Tagesfrische, auch Vigilanz genannt, entscheidend. Schließlich könnten Leistungseinschränkungen, die durch Müdigkeit entstehen, dazu führen, dass man den Anforderungen im Beruf nicht mehr gewachsen ist. Damit einher geht generell die Sorge um den Arbeitsplatz und es stellt sich die Frage, ob ein aktives Leben weiterhin möglich ist: Müssen liebgewonnene Hobbys oder sportliche Aktivitäten aufgegeben werden? Ist das Autofahren noch zu verantworten? Auch solche Fragen sollten mit dem Arzt ausführlich besprochen werden.

## DIE TAGESFRISCHE VERBESSERN

Diese Maßnahmen können dabei helfen, tagsüber wacher zu bleiben:

- Bitten Sie den Neurologen um eine Kontrolle Ihrer Medikation.
- Achten Sie auf mäßige körperliche Bewegung, möglichst an der frischen Luft.
- Auf Kaffee oder Tee nach 16 Uhr und generell auf Alkohol verzichten.

- Ein leichtes Essen fördert den Schlaf, schwere Mahlzeiten dagegen nicht.
- Das Schlafzimmer sollte ruhig, abgedunkelt, kühl und gut belüftet sein.
- Leichte Bettdecken und Bettwäsche aus glattem Stoff vereinfachen das Umdrehen im Bett.
- Stellen Sie den Wecker oder Uhren nicht in Ihr Sichtfeld: Nichts ist zermürbender, als in einer Aufwachphase dauernd auf die Uhr zu sehen.
- Lernen Sie Entspannungstechniken, die Sie beim Einschlafen und auch in Aufwachphasen anwenden können.

**Mein Rat:** Sprechen Sie mit Ihren Angehörigen und Freunden über die Tagesmüdigkeit. Möglicherweise sind Sie im Alltag häufig müde, bemerken es aber selbst nicht. Wenn Sie starke Einschränkungen in Beruf, Freizeit oder im Alltag feststellen, nehmen Sie das nicht einfach hin. Lassen Sie Ihren Arzt die aktuelle Medikation kontrollieren und probieren Sie aus, welche der Maßnahmen für mehr Tagesfrische Ihnen am besten weiterhelfen. ●



**Dr. med. Reinhard Ehret**  
*Facharzt für Neurologie*  
 Berlin

**TEST ZUR TAGESMÜDIGKEIT** Leiden Sie an Tagesmüdigkeit? Mit diesem einfachen Test können Sie das herausfinden. Geben Sie an, wie hoch die Wahrscheinlichkeit in den letzten zwei Wochen war oder wäre, in einer der folgenden Situationen einzunicken:

Situation	Wahrscheinlichkeit des Einnickens			
	niemals	gering	mittel	hoch
Im Sitzen lesend	0	1	2	3
Beim Fernsehen	0	1	2	3
Wenn Sie passiv (als Zuhörer) in der Öffentlichkeit sitzen (etwa im Theater oder einem Vortrag)	0	1	2	3
Als Beifahrer in einem Auto während einer einstündigen Fahrt ohne Pause	0	1	2	3
Wenn Sie sich am Nachmittag hingelegt haben, um auszuruhen	0	1	2	3
Wenn Sie sitzen und sich mit jemandem unterhalten	0	1	2	3
Wenn Sie nach dem Mittagessen (ohne Alkohol) ruhig dasitzen	0	1	2	3
Wenn Sie als Fahrer eines Autos verkehrsbedingt einige Minuten halten müssen	0	1	2	3
<b>Summe:</b>				

**ZUR AUSWERTUNG:**

**0–6 Punkte:** Ihre Werte liegen im normalen Bereich. Sie leiden wahrscheinlich nicht unter erhöhter Tagesmüdigkeit. Wenn Sie sich aber unsicher oder übermäßig müde fühlen, fragen Sie Ihren Arzt.

**7–10 Punkte:** Sie leiden vermutlich unter erhöhter Tagesmüdigkeit. Sprechen Sie in jedem Fall mit einem Arzt über Ihre Beschwerden.

**>10 Punkte:** Sie leiden wahrscheinlich stark unter Tagesmüdigkeit. Gehen Sie unbedingt zu Ihrem Arzt und sprechen Sie über Ihre Beschwerden, damit Sie wieder zu mehr Tagesfrische kommen.



Anzeige

**fortuna**  **Dr. Weber® apotheke**

- ✓ Große Apotheke im Herzen von Köln – Zollstock
- ✓ Kundenkarte mit Extra-Rabatten für verschreibungsfreie Produkte
- ✓ Große Beauty & Pflege Abteilung

Ihr Apotheker Dr. Peter Weber

Höninger Weg 187 | 50969 Köln | Tel. 0221 - 9 36 46 90 | Fax 0221 - 3 60 17 74

# ZUHÖREN, UNTERSTÜTZEN, MOTIVIEREN



Der Alltag mit Multipler Sklerose (MS) wirft viele Fragen bei Betroffenen und ihren Familien auf. Da ist es gut, wenn man schnell und kompetent Rat erhält – so wie im MS Service-Center in Göttingen. Dort haben wir einer Betreuerin einen Tag lang über die Schulter geschaut.

**D**ie Stimme aus dem Telefon klingt nervös. Sie packe gerade für den Urlaub, erzählt die Anruferin. Eigentlich freue sie sich sehr auf die Reise mit dem Wohnmobil, aber jetzt plagen sie plötzlich Zweifel. Wie lassen sich ihre Medikamente unterwegs kühl halten? Wie viel Hygiene ist nötig, um sicher zu spritzen? Und was, wenn sie im Ausland plötzlich einen Arzt braucht?

## PERSÖNLICHE BERATUNG

Die junge Frau am Telefon hat die Diagnose MS erst wenige Wochen zuvor erhalten. Klar, dass sie in einigen Situationen unsicher ist und Fragen

hat. Fragen, die sie nicht immer dem Neurologen stellen kann, weil sie gerade nicht bei ihm ist, wenn sie sich ergeben. »MS-Patienten sehen ihren Arzt im Durchschnitt vier Stunden im Jahr«, erklärt Anna Sönnichsen, Betreuerin im MS Service-Center in Göttingen. »Sehr viele wünschen sich einen Ansprechpartner, der gut zu erreichen ist und sich Zeit für ihre Probleme nimmt. Genau hier setzen wir mit unserem Angebot an.« Die rund 4.000 Anfragen im Monat verdeutlichen, dass die Beratung angenommen wird.

Nicht immer sind es die frisch Diagnostizierten, die sich melden, sondern auch erfahrene Patienten. Wechselwirkungen mit anderen Medika-

menten sind ein Dauerbrenner, unabhängig vom Alter des MS-Patienten und davon, wie weit die Krankheit fortgeschritten ist. Viele möchten wissen, wo sie die Erwerbsminderungsrente beantragen können oder welche Vorteile ein Schwerbehindertenausweis mit sich bringt.

## MIT DISKRETION UND FEINGEFÜHL

»Die Themen zur Multiplen Sklerose, mit denen ich jeden Tag zu tun habe, sind breit gefächert«, sagt Anna Sönnichsen. »Das macht die Beratung für mich so interessant. Ich mag es sehr, mit ganz unterschiedlichen Menschen ins Gespräch zu kommen.

Links: Mit ihrem Team bespricht Anna Sönnichsen, wie sie Menschen mit MS im persönlichen Dialog noch besser unterstützen können.

Das MS Service-Center wird von der Audimedes GmbH im Auftrag der Biogen GmbH betrieben und ist für alle Interessierten montags bis freitags von 8 bis 20 Uhr unter der kostenlosen Rufnummer 0800 / 030 77 30 erreichbar.



Manchmal wird es sehr vertraulich, vor allem dann, wenn ich mit jemandem schon oft gesprochen habe und man sich inzwischen sehr gut kennt.«

Ob es der intensive Dialog ist, der den Betreuer bei seiner Arbeit im MS Service-Center motiviert, fragen wir. Mustafa Sarikaya, Projektleiter des MS Service-Centers, antwortet: »Ja, es ist toll, wenn sich Anrufer trauen, mit uns über vermeintliche Tabuthemen zu reden, und es ist auch schön mitzubekommen, wie sich Patienten im Laufe der Zeit mit unserer Unterstützung weiterentwickeln. Anfangs nach der Diagnose sind viele unsicher, im Verlauf der Therapie kommen sie dann mit ihrer Krankheit immer besser zurecht.«

Die vielen Postkarten und ein kleiner Glücksbringer, die eine Wand im MS Service-Center schmücken, zeigen, wie bedeutend eine persönliche Anlaufstelle für Menschen mit MS sein kann. Gerade wenn das Leben anders als geplant verläuft und von einer Krankheit geprägt wird, kommt es darauf an, dass man jemanden hat, der zuhört, Neues erklärt und einen für die eigenen Entscheidungen stark macht. ● ak

»Bei uns findet jeder ein offenes Ohr für Fragen rund um die MS.«

## SELBSTMANAGEMENT ERMÖGLICHEN

Dr. Gabriele Niemczyk leitet das MS Service-Center in Göttingen. Für sie ist es entscheidend, dass Menschen mit MS darin unterstützt werden, eigenständig zu bleiben – auch mit der Krankheit.

**Frau Dr. Niemczyk, was leistet das MS Service-Center?**  
Das Center versteht sich neben dem Neurologen und der MS-Schwester als ergänzende Anlaufstelle für Menschen mit Multipler Sklerose und ihre Angehörigen. Unser Ziel ist es, Betroffenen das nötige Werkzeug an die Hand zu geben, um die vom Facharzt empfohlene Therapie bestmöglich selbst zu managen. In diesem Sinne informieren wir die Patienten praxisnah, geben ihnen Orientierung und unterstützen sie emotional.

**Wie setzt sich das Team aus Betreuern zusammen?**

In der telefonischen Beratung sind rund 27 fachlich qualifizierte Mitarbeiter tätig, die aus unterschiedlichen medizinischen Bereichen kommen. Wir haben unter unserem Dach PTAs, Arzthelferinnen, Krankenschwestern, Ergo- und Physiotherapeuten, Sportwissenschaftler, Altenpfleger und Ernährungsberater.

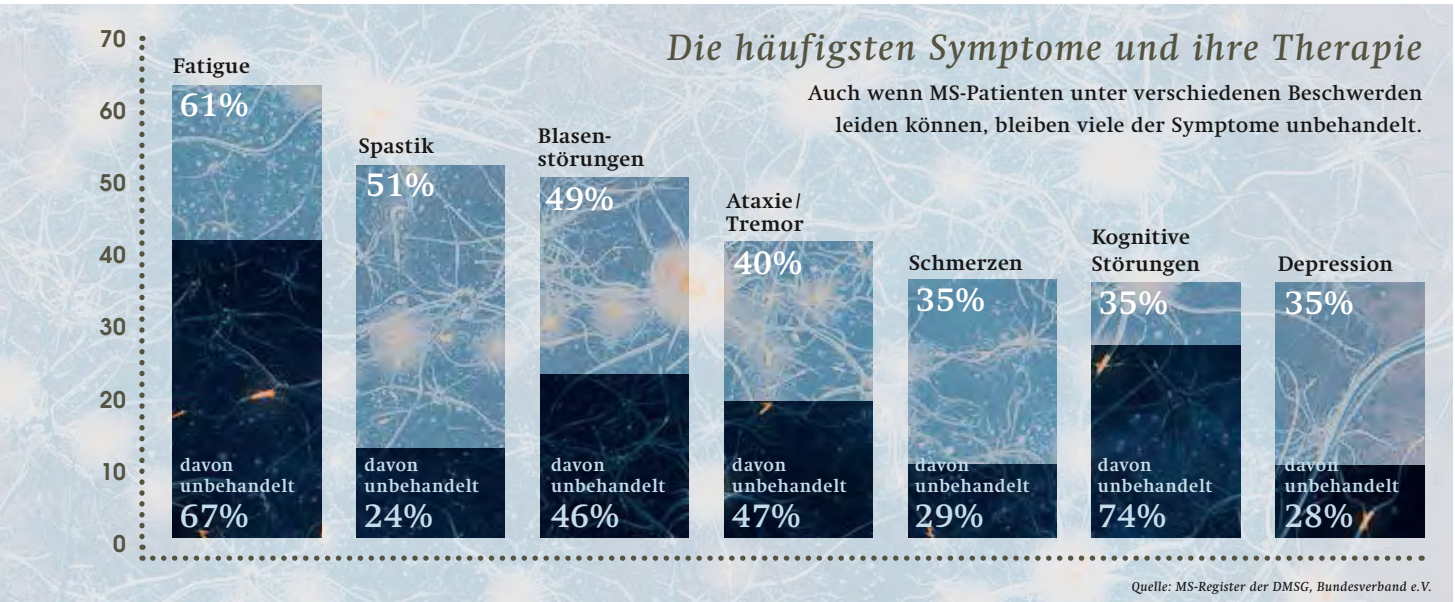
**Zu welchen Themen können sich Betroffene melden?**

Grundsätzlich sind wir für alle Themen zuständig, die Menschen mit Multipler Sklerose im Alltag betreffen: Neben- und Wechselwirkungen, Impfempfehlungen, Pflegeleistungen oder Familienplanung, Sport und Ernährung. Zu Therapieentscheidungen nehmen wir grundsätzlich keine Stellung. Bei individuellen sozialrechtlichen Fragen verweisen wir an die DMSG, die Versorgungsämter oder andere Institutionen. ● ak



# SYMPTOME IN DEN GRIFF BEKOMMEN

Häufig wird die Multiple Sklerose von Symptomen begleitet, welche die Gesundheit der Patienten beeinträchtigen und die Lebensqualität mindern können. Zusätzlich zur Basistherapie empfiehlt sich eine gezielte Behandlung von Beschwerden.



Je nachdem, in welchem Bereich von Gehirn oder Rückenmark bei einer MS Nerven durch Entzündungen geschädigt und wie ausgeprägt die Entzündungsherde sind, können sie verschiedene Symptome zur Folge haben, etwa Muskelschmerzen oder Sehstörungen. Manche der Beschwerden lassen womöglich von alleine nach, andere verschlimmern sich mit der Zeit – je nach Krankheitsverlauf schleichend oder in Schüben.

## VIelfältige Massnahmen

»Die symptomatische Therapie hat nichts mit einer MS-Basistherapie zu tun«, sagt Prof. Dr. med. Thomas Henze vom Passauer Wolf Reha-Zentrum Nittenau. »Während letztere die Grunderkrankung behandeln und Schübe verhindern soll, lindert die symptomatische Therapie gesundheitliche MS-bedingte Probleme.« Dabei kommen, je nach Symptom, unterschiedliche Ansätze in Frage, die auch miteinander kombiniert werden: Medikamente, Physio- und Ergotherapie, kognitive und Psychotherapie sowie Rehabilitation.

Interessant sind auch ergänzende Methoden wie die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM): Bestimmte Entspannungstechniken wirken gut gegen Stress oder Depressionen, Akupunktur kann bei Schmerzen helfen und Heilkräuter möglicherweise großer Müdigkeit entgegenwirken.

## HILFE NUTZEN

Voraussetzung für eine Behandlung ist, dass Betroffene über ihre Beschwerden sprechen. Gerade die unsichtbaren Symptome bleiben oft unbehandelt. »Probleme wie schwankender Gang oder Sprechstörungen sind für Betroffene und Angehörige offensichtlich und werden mit der MS-Erkrankung in Verbindung gebracht. Viele wissen aber nicht, dass auch Beschwerden wie Fatigue oder Schmerzen mit MS zusammenhängen können«, sagt Prof. Henze. Andere schämen sich, Probleme mit der Blase oder der Sexualität anzusprechen. Zu selten kommen zudem Gedächtnis- und Konzentrationsprobleme zur Sprache. Groß ist häufig die Sorge, dass es An-

zeichen einer Demenz sein könnten und man sich damit abfinden muss. Dabei könnte kognitives Training dabei helfen, Schwächen des Gedächtnisses überbrücken zu lernen.

Es lohnt sich immer, gesundheitliche Beschwerden abklären zu lassen. So können andere Krankheiten ausgeschlossen und im Falle einer MS zusammen mit dem Neurologen Maßnahmen zur symptomatischen Behandlung festgelegt werden, die das Wohlbefinden des Patienten verbessern. ● ag

## RATGEBER

Zu verschiedenen MS-Symptomen und Behandlungsmöglichkeiten hat die Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG) den Ratgeber *Die Symptomatische Therapie* herausgegeben. Dieser kann im Online-Shop unter [www.dmsg.de](http://www.dmsg.de) und in den Geschäftsstellen der Landesverbände bestellt werden.







# Mein BETAPLUS® – Das persönliche Betreuungs- programm für MS-Patienten

Kompetente Betreuung  
BETAPLUS®-Schwestern

Individuelle  
Service-  
angebote



Schriftliche  
Langzeit-  
betreuung

Telefonische  
Betreuung  
BETAPLUS®-Serviceteam

- + kompetent
- + individuell
- + persönlich
- + kostenfrei



**BETAPLUS®-Serviceteam**  
Telefon: 0800-2 38 23 37 (gebührenfrei)  
E-Mail: [serviceteam@betaplus.net](mailto:serviceteam@betaplus.net)  
Internet: [www.ms-gateway.de](http://www.ms-gateway.de)

Mein **BETAPLUS®**  
...das Plus an Unterstützung

# MS-Service



## Buchtipps

### ESSEN MIT GENUSS

»Man soll dem Leib Gutes bieten, damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen«, sagte Winston Churchill. Diesem Motto folgend, hat die an Multiple Sklerose erkrankte Caroline Régnard-Mayer in ihrem Kochbuch Rezepte zusammengestellt, die nicht nur lecker sind, sondern für jede Art des Genießens etwas bieten – ob allein, mit der Familie oder mit Gästen. Die Autorin stellt eine große Zahl vegetarischer und veganer Gerichte vor, die sich für Fleischgenießer leicht erweitern lassen. ●

Caroline Régnard-Mayer  
**Guten Appetit MS**  
 116 Seiten, broschiert  
 Books on Demand  
 13,90 Euro



## KOPFSCHMERZEN BEHANDELN

Menschen mit Multipler Sklerose sind anderthalb Mal häufiger von Kopfschmerzen betroffen als Gesunde. Kommt beim progredienten Verlauf meist der Spannungskopfschmerz vor, ist es bei der schubförmigen MS eher die Migräne ohne Aura. Insgesamt ist rund ein Drittel aller Kopfschmerzattacken auf die MS zurückzuführen. Auslöser können Schübe oder verschiedene Wirkstoffe zur Behandlung der MS sein, zum Beispiel Interferone und Glatirameracetat. Sind die Kopfschmerzen MS-bedingt, helfen rezeptfreie Schmerzmittel nicht immer. Speziellere Wirkstoffe können dann die Beschwerden lindern. ● *Quellen: Neurological Science, Mai 2015, DMSG Landesverband B.-W.*

## MS im Alltag DEN SOMMER GENIESSEN



Das Licht der Sonne regt die für den Körper so wichtige Vitamin-D-Produktion an und bereitet gute Laune. Die Sonnenwärme aber kann für Menschen mit Multipler Sklerose zur Last werden. Rund 80 Prozent leiden unter dem Uhthoff-Phänomen: Die erhöhte Körpertemperatur führt dazu, dass Nervenimpulse langsamer weitergeleitet werden. »Viele Patienten

fühlen sich dann besonders müde, können sich schlechter konzentrieren oder ihre Sehkraft lässt nach. Das Schubrisiko steigt durch Hitze allerdings nicht«, erklärt Katja Sebald, MS-Schwester aus Ulm. »Sobald sich der Körper wieder abkühlt, klingen die Beschwerden ab.« Damit jeder die schönen Sommertage draußen genießen kann, empfiehlt Katja Sebald:

- ausreichend trinken,
- nicht in der Mittagshitze nach draußen gehen,
- leichte Kleidung und immer eine Kopfbedeckung tragen,
- Aktivitäten vermeiden, die den Körper belasten,
- den Körper kühlen unter der Dusche, mit einem Bad oder mit kalten Wickeln auf Stirn und Nacken,
- unterwegs helfen Kühlwesten, spezielle Kappen und Strümpfe.

Grundsätzlich wirkt regelmäßiger Sport dem Uhthoff-Phänomen entgegen. Denn wer trainiert und daher fitter ist, kommt später an seine Leistungsgrenzen und läuft nicht so schnell heiß. ●



Ein virtueller Rosengarten zum Welt MS Tag

## Aktion »Multiple SkleROSE« geht in die zweite Runde

Einen Spendenaufruf der besonderen Art bietet Genzyme im Rahmen der Aktion »Multiple SkleROSE« mit dem Online-Spiel »Ab ins Rosenbeet«, das seit dem Welt MS Tag am 27. Mai über die Seite [www.ms-begleiter-rosengarten.de](http://www.ms-begleiter-rosengarten.de) gespielt werden kann.

Jeder virtuelle Rosengärtner pflanzt und pflegt Rosen in seinem Beet, bis sie geerntet, zu Sträußen gebunden und zu Rosentalern gemacht werden können – diese werden gesammelt und von Genzyme am Ende der Aktionslaufzeit im September in bares Geld umgewandelt. Zugute kommt die Spende dem Bundesverband der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft ([www.dmsg.de](http://www.dmsg.de)) und dem Förderkreis Hessischer Multiple Sklerose Kranker e. V., die sich für die Belange von MS-Erkrankten einsetzen. Hier gilt also: Je mehr, desto besser.

»Das Spiel ist für jedermann zugänglich und darf gerne weiterempfohlen werden – dann steigt die Zahl unserer Mitspieler«, erläutert Dr. Gerhard Becker, Director Patient Care Services bei Genzyme die Aktion »Ab ins Rosenbeet«. Die ist, so Becker, »ein guter und wichtiger Schritt für mehr Aufmerksamkeit und Respekt gegenüber Multiple Sklerose-Patienten.«

### Spielerlebnis mit Nachhaltigkeit

Neben der Erhöhung von Spendengeldern kommt auch der Spielspaß nicht zu kurz – die Rosen wollen wie im richtigen Leben gehegt und gepflegt werden. Gießen, Unkraut jäten und Beetpflege stehen auf dem Programm. Auch über den Aktionszeitraum hinaus bleibt »Ab ins Rosenbeet« aktiv – ab dem kommenden Jahr werden regelmäßig neue Funktionalitäten erwartet. Das Spiel ist für mobile Endgeräte optimiert und sorgt so auch unterwegs für kurzweilige Unterhaltung für einen guten Zweck. ●

# SANFTE WAFFEN GEGEN CHRONISCHEN SCHMERZ

Einer aktuellen Umfrage zufolge glaubt ein Viertel aller Befragten, dass chronische Schmerzen psychische Ursachen haben. Ob dem so ist und warum vielfältige Behandlungsansätze richtig sind, erklärt Neurochirurg Prof. Dr. med. Jan Vesper, Düsseldorf.



**Herr Professor Vesper, warum werden für chronische Schmerzen oft psychische Ursachen verantwortlich gemacht?**

Das Problem ist, dass man chronische Schmerzen nur schwer einordnen kann. Je nach Schmerz und Dauer können die Ausführungen der Patienten vermuten lassen, dass ein psychisches Problem tatsächlich für die Schmerzen mit verantwortlich ist. Fest steht aber, dass es keinen Schmerz ohne einen körperlichen Auslöser gibt.

**Warum bleibt der Schmerz, auch wenn der körperliche Auslöser weg ist?**

Normalerweise sollte die Behandlung von akuten Schmerzen zu einer Besserung führen. Bei vielen aber bleiben durch eine Verletzung oder eine dauerhafte Fehlhaltung des Körpers Schäden zurück – entweder an den Nerven oder am Schmerzverarbeitenden Zentrum im Gehirn. Das kann dazu führen, dass sich die Wahrnehmung des Schmerzes ändert. Es handelt sich um eine Art Fehlinformation, die von den Nerven an das Gehirn gesendet wird: Die Ursache ist zwar behoben, aber der Schmerz ist noch da. Und je länger dieser dauert und Hilfe ausbleibt, desto stärker

können die psychischen Auswirkungen werden. Häufig leiden Schmerzpatienten unter Depressionen.

**Wie kann hier eine Schmerztherapie ansetzen?**

Da man die geschädigten Nerven und somit den Auslöser für den chronischen Schmerz meistens nicht behandeln kann, bekommen zwei Therapiebausteine einen wichtigen Stellenwert: Zum einen die Behandlung des Schmerzes mit wirksamen Medikamenten. Zum anderen sollte man eine psychotherapeutische Behandlung in Betracht ziehen, um zu lernen, wie man mit dem Schmerz umgehen und ihn vermindern kann. Und auch wenn es nicht direkt etwas mit der Schmerztherapie zu tun hat, sollten Betroffene Unterstützung dabei erhalten, die Auswirkungen des Schmerzes auf den privaten und beruflichen Alltag zu verarbeiten.

**Worauf kommt es bei der Behandlung an?**

Bei einer multimodalen, also ganzheitlichen Behandlung, wird beachtet, dass Körper und Psyche zusammenhängen und sich auch gegenseitig beeinflussen können. Wichtig ist, dass der Patient dieses Prinzip nachvollzieht und daran mitarbeitet, den chronischen Schmerz zu bekämpfen. Neben Schmerzmedikation und Psychotherapie können dabei auch physiotherapeutische Übungen und Ent-

spannungstechniken helfen. Außerdem haben wir gute Erfahrungen mit der Neuromodulation gemacht.

**Wie funktioniert die Neuromodulation?**

Es handelt sich um ein Verfahren, das an der Weiterleitung des Schmerzes zum Gehirn ansetzt. Schmerzen werden – wie auch positive Sinnesreize – zunächst im Rückenmark verschaltet. Ziel ist es, die Vermittlung von Fehlinformationen zu unterbinden, indem schwache elektrische Reize an entsprechende Stellen im Rückenmark gesendet werden. Diese Behandlung mit hochfrequentem Strom spürt man kaum. Sie reicht aber aus, um die Weiterleitung des negativ empfundenen Reizes zum Gehirn zu unterbrechen.

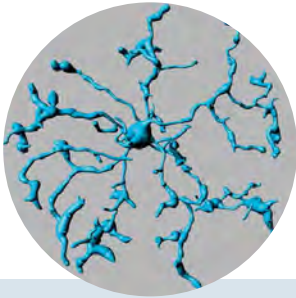
Da das dafür notwendige Gerät, das mittels kleiner Operation unter die Haut verpflanzt wird, ähnlich wie ein Herzschrittmacher im Dauerbetrieb ist, kann es gelingen, das Schmerzempfinden dauerhaft zu unterdrücken. Dies wirkt sich wiederum positiv auf die Psyche aus. ● ag



Prof. Dr. med. Jan Vesper  
Universitätsklinik Düsseldorf

# News

Mit den im Text aufgeführten Internetadressen spricht die Redaktion keine Empfehlungen für bestimmte Therapien, Ärzte, Apotheken, Arzneimittel- und Medizinproduktehersteller oder sonstige Leistungserbringer aus. Die NTC GmbH ist nicht für die dort veröffentlichten Inhalte verantwortlich und macht sich diese nicht zu eigen.



## HIRNFORSCHUNG Darmbakterien für ein gesundes Gehirn

Eine gesunde bakterielle Darmflora beeinflusst die Immunabwehr des Gehirns und damit möglicherweise auch den Verlauf neuronaler Erkrankungen wie Alzheimer und Multipler Sklerose. Wissenschaftler der Universität Freiburg konnten zeigen, dass Abbauprodukte von Darmbakterien die Funktion von Mikroglia-Zellen des Gehirns steuern. Mikroglia sind die sogenannten Fresszellen des Gehirns. Sie beseitigen Keime und abgestorbene Nervenzellen und sind an der lebenslangen Formbarkeit des Gehirns beteiligt. Fehlgesteuerte Mikroglia-Zellen spielen bei einigen neurodegenerativen Erkrankungen eine Rolle. Die Studienergebnisse legen nahe, dass eine ausgewogene Ernährung eine große Rolle für die Leistungsfähigkeit des Gehirns spielt. ●  
Quelle: [www.uniklinik-freiburg.de](http://www.uniklinik-freiburg.de)

## PSYCHE

### Mehr alkoholbedingte Depressionen

Alkoholabhängige Menschen leiden oft an depressiven Störungen. Dies zeigt eine aktuelle Auswertung der Barmer GEK. Im Jahr 2013 wurden im ambulanten Bereich rund 52.000 Versicherte der Kasse wegen psychischer Verhaltensstörungen, die auf übermäßigem Alkoholkonsum zurückzuführen sind, behandelt. Das sind rund 20 Prozent mehr als im Jahr 2009. Im stationären Bereich lag der Anstieg bei zehn Prozent. Die Zahlen zeigen, dass Depressionen bei alkoholabhängigen Menschen keine Einzelfälle sind. Eine gezielte Suchtbehandlung müsse dies laut Kasse berücksichtigen, andernfalls drohten



schnelle Rückfälle. Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen rät, Freunde, Bekannte oder Kollegen, die regelmäßig Alkohol trinken, direkt anzusprechen. Viele Betroffene motiviere das, ihr Trinkverhalten zu ändern. ●

Quelle: [www.barmer-gek.de](http://www.barmer-gek.de)

## Klicktipp

### STADTPLAN FÜR BARRIEREFREIHEIT



Rollstuhlgerechte Cafés, Bibliotheken, Schwimmbäder und weitere barrierefrei zugängliche Orte zu finden – das ist ganz leicht mit der Internetseite [www.wheelmap.org](http://www.wheelmap.org). Die virtuelle Karte umfasst aktuell rund 500.000 Adressen, täglich kommen über 300 neue Einträge von Nutzern hinzu. Weltweit kann jeder über ein Ampelsystem Orte eintragen und bewerten. Das hilft Rollstuhlfahrern und Menschen, die eingeschränkt mobil sind, ihre täglichen Wege besser zu planen. Die Karte ist auch als kostenlose App für iPhone und Android verfügbar. ●



# WUNDERWERK NERVEN

Ist ein Nerv durch einen Unfall oder eine Erkrankung geschädigt, sind nerveneigene Zellen in der Lage, den Schaden zu reparieren. Können hier künftige Therapien ansetzen?

**G**eschädigte Nerven im Peripheren Nervensystem (PNS), also auch in Armen und Beinen, können viele Gründe haben. Neben Unfällen zählen dazu Polyneuropathien. Diese können erblich bedingt, autoimmunologisch entzündlich oder durch Viren, Medikamente oder eine Diabetes-erkrankung verursacht sein.

Bei allen Schädigungen sind wichtige Strukturen der Nerven – zum einen die Verbindungen zwischen den Nervenzellen (Axone), zum anderen die isolierende Myelin-Schutzschicht – angegriffen und zerstört. Dies kann unter anderem Symptome wie Kribbeln in den Extremitäten oder Taubheitsgefühle bis hin zu Lähmungen zur Folge haben.

## SELBSTREPARATUR MÖGLICH

»Selbst wenn die Ursache für die Nervenschäden behoben, das heißt, die Grunderkrankung geheilt oder eine Unfallverletzung erfolgreich operiert wurde, können die Nerven weiterhin zerstört sein und damit verbundene Beschwerden andauern«, sagt Prof. Dr. Patrick Küry, Zellbiologe an der Neurologischen Klinik des Universitätsklinikums Düsseldorf. Aber er weiß auch, dass es sich bei Nerven um wahre Wunderwerke handelt. »Im PNS gibt es spezielle Zellen, die Schwann'schen Zellen, die Myelin produzieren, um so eine Schutzschicht um die Nervenleitungen aufzubauen und die elektrische Kommunikation zwischen Nervenzellen zu beschleunigen. Darüber hinaus konnte in aktuellen Untersuchungen gezeigt

werden, dass diese Zellen im Fall eines Nervenschadens eine besondere Rolle einnehmen, indem sie sich in einen Reparatur-vermittelnden Zelltyp umwandeln. Dadurch können diese Zellen eine Regeneration der betroffenen Nervenstrukturen veranlassen und zur Wiederherstellung der Nervenfunktionen beitragen.«

## UNTERSTÜTZUNG KANN HELFEN

So spannend diese nerveneigenen Fähigkeiten sind, so interessant ist es zu prüfen, inwieweit man den Selbstheilungsprozess unterstützen und gegebenenfalls durch Therapien beschleunigen kann. »Hierzu gibt es neue Studienergebnisse«, so Prof. Küry. »Wir konnten zeigen, dass Immunglobuline die Schwannzellen bei ihrer Reparaturarbeit unterstützen. Neben einem beschleunigten Zellwachstum und einer verbesserten Myelinproduktion werden die Zellen durch die Immunglobuline dazu angeregt, vermehrt den Botenstoff Interleukin-18 herzustellen, der wiederum die Bildung neuer Axone fördert.«

Doch für Prof. Küry ist ein Durchbruch in der Neurotherapie noch nicht in Sicht: »Wir stehen ganz am Anfang der Untersuchungen. Bis wir Patienten mit Nervenschäden helfen können, wird es noch einige Jahre dauern.« Dazu kommt, dass selbst eine durch Immunglobuline unterstützte Heilung von Nerven in der Regel sehr lange dauert, so der Experte. Dennoch machen die Ergebnisse Hoffnung auf Behandlungsmöglichkeiten. ● ag

## AUCH BEI MS WIRKSAM?

Eine Zerstörung der Myelinscheiden im Zentralen Nervensystem (ZNS) ist charakteristisch für Multiple Sklerose. Auch wenn die Zellen, die in Gehirn und Rückenmark die Myelinschicht bilden – die Oligodendrozyten – nicht über die gleichen Regenerationsfähigkeiten wie die Schwann'schen Zellen im PNS verfügen, könnte auch hier die Reparatur geschädigter Nerven möglicherweise durch Therapien unterstützt werden. So zeigen entsprechende Untersuchungen der Mayo Clinic in Minnesota (USA), dass eine bestimmte Immunglobulinart dazu in der Lage sein könnte. Weiteres müssen klinische Studien zeigen.

Über 100 Jahre  
Plasmaprotein-Forschung



# Think Human

**Einfach ersetzen, was fehlt!**

CSL Behring ist führend im Bereich der Plasmaprotein-Biotherapeutika. Das Unternehmen setzt sich engagiert für die Behandlung seltener und schwerer Krankheiten sowie für die Verbesserung der Lebensqualität von Patienten auf der ganzen Welt ein. Das Unternehmen produziert und vertreibt weltweit eine breite Palette von plasmabasierten und rekombinanten Therapeutika. Mit seinem Tochterunternehmen CSL Plasma betreibt CSL Behring eine der weltweit grössten Organisationen zur Gewinnung von Plasma.

Biotherapies for Life™ **CSL Behring**

# NEUE THERAPIE IN SICHT?

Ein neu entwickelter Antikörper kann kognitive Einschränkungen bei Alzheimer-Demenz deutlich bremsen. Das hat eine aktuelle Studie ergeben. Noch steht die Erforschung dieser Therapieform aber ganz am Anfang.

**B**islang ist es nicht möglich, die Alzheimer-Demenz zu heilen. Deshalb konzentriert sich die Forschung darauf, den Verlauf dieser Gehirnerkrankung zu verlangsamen und ihre Symptome zu mindern. Dies ist laut einer Studie zumindest bei beginnender und leichter Alzheimer-Demenz möglich.

## ERGEBNISSE MACHEN HOFFNUNG

In der Untersuchung wurde der neue Antikörper Aducanumab in verschiedenen Dosierungen alle vier Wochen über ein Jahr per Infusion verabreicht. Dabei hatten die Teilnehmer der Studie zwar eine deutliche Ablagerung des Proteins Beta-Amyloid im Gehirn – ein Krankheitsaspekt der Alzheimer-Demenz – die kognitiven Einschränkungen entsprachen allerdings einer leichten Erkrankungsform.

Den Ergebnissen der Studie zufolge war der Antikörper in der Lage, den geistigen Abbau deutlich zu bremsen – je stärker die Dosierung, desto stärker der positive Effekt. So waren bei der höchsten Antikörper-Dosis die Verbesserungen im Vergleich zu anderen Dosierungen oder Placebo signifikant. Das heißt, der Unterschied wird in der klinischen Medizin als bedeutend angesehen.

## UNERWÜNSCHTE NEBENWIRKUNGEN

»Dieses Ergebnis ist mehr als nur ein Hoffnungsschimmer, es ist schon ein Schein«, sagt Prof. Dr. med. Lutz Frölich, Leiter der Gerontopsychiatrie der Medizinischen Fakultät in Mannheim. Aber er warnt auch vor zu großer Begeisterung. »Nicht nur, dass es in dieser Forschungsphase bereits ähnliche Ergebnisse mit anderen Antikörpern gab, die dann nicht bestätigt werden konnten. Bei der aktuellen Studie gab es nur eine relativ geringe

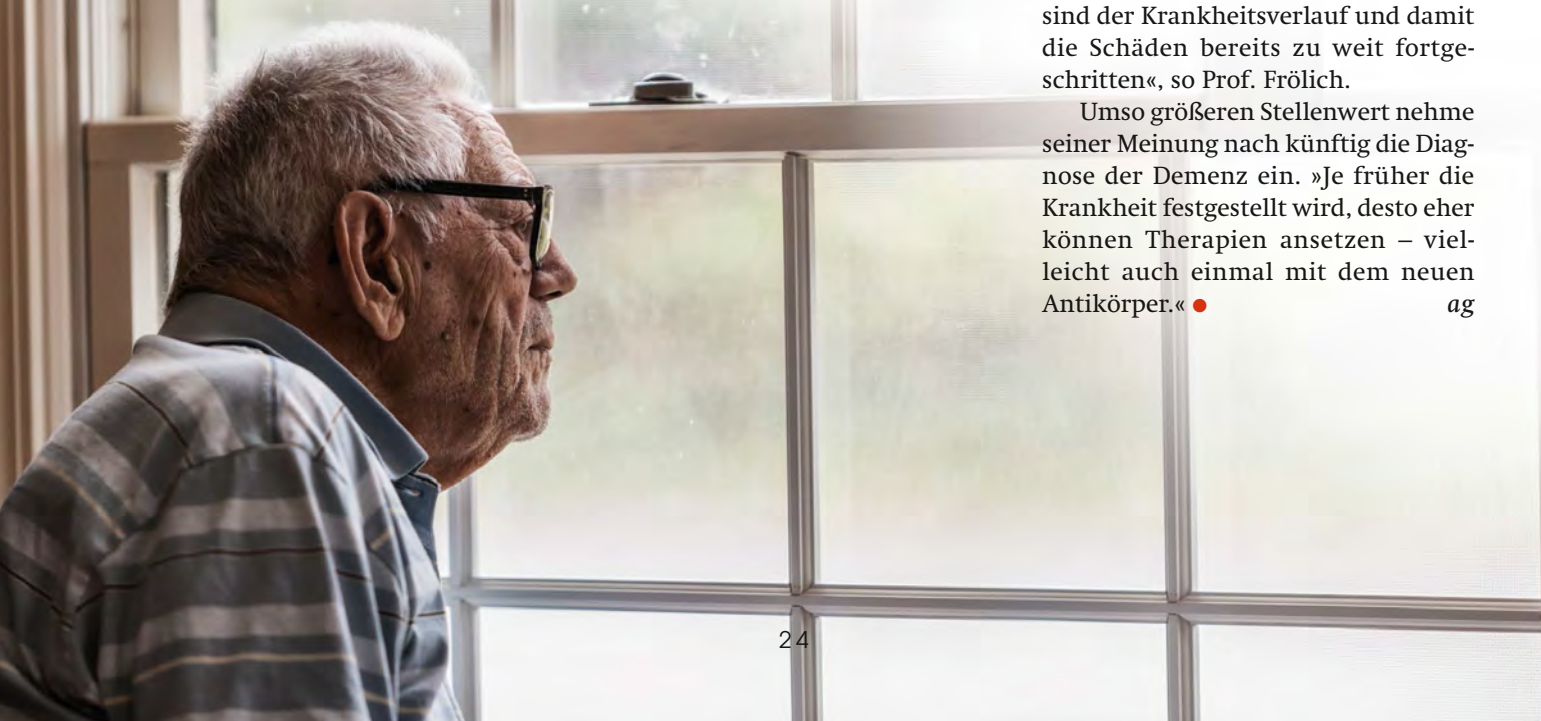
Teilnehmerzahl. Größere Untersuchungen müssen erst noch zeigen, ob der neue Ansatz Bestand hat.«

Dazu komme, so Prof. Frölich, dass die möglichen Nebenwirkungen einer Antikörper-Therapie nicht zu unterschätzen seien. In der aktuellen Untersuchung litten einige Probanden unter Kopfschmerzen, in der Bildgebung zeigten sich zudem Schwellungen oder andere Auffälligkeiten im Gehirn – mögliche unerwünschte Effekte des Amyloid-Abbaus durch den Antikörper. Dies müsse in weiteren Untersuchungen überprüft werden. Das wird allerdings noch einige Jahre dauern.

## ENTSCHEIDENDER ZEITPUNKT

»Herstellung und Anwendung der Antikörper sind sehr aufwendig und teuer«, sagt Prof. Frölich. »Daher ist fraglich, in welchem Ausmaß und über welchen Zeitraum eine solche Therapie Betroffenen zur Verfügung gestellt kann und wer letztendlich davon wirklich profitiert.« Für jeden Alzheimer-Patienten komme die Behandlung nämlich nicht in Frage. »Bei ausgeprägter Demenz und somit auch stärkeren Amyloid-Ablagerungen im Gehirn kann der Antikörper Aducanumab bislang nichts ausrichten. Hier sind der Krankheitsverlauf und damit die Schäden bereits zu weit fortgeschritten«, so Prof. Frölich.

Umso größeren Stellenwert nehme seiner Meinung nach künftig die Diagnose der Demenz ein. »Je früher die Krankheit festgestellt wird, desto eher können Therapien ansetzen – vielleicht auch einmal mit dem neuen Antikörper.« ● ag





# Dementielles Syndrom: Vergesslich? Unkonzentriert?

Grüne Energie  
für graue  
Zellen.

## Die Zeit ist reif für modernes Ginkgo!

Bei nachlassender mentaler Leistungsfähigkeit\*  
trägt Binko® dazu bei<sup>1</sup>

- ✓ im Gehirn die Durchblutung zu verbessern\*\*
- ✓ im Gehirn die Sauerstoff- und Nährstoffversorgung zu fördern
- ✓ im Gehirn die Nervenzellen zu schützen\*\*\*

\* Bei dementiellem Syndrom



Auch als  
Probierpackung

Grüne Energie für graue Zellen.

Binko® 40 mg / 80 mg / 120 mg Filmtabletten, Wirkstoff: Ginkgo-biloba-Blätter-Trockenextrakt, Anwendung: Zur symptomatischen Behandlung von hirnorganisch bedingten Leistungsstörungen im Rahmen eines therapeutischen Gesamtkonzeptes bei dementiellem Syndrom mit den Hauptbeschwerden: Gedächtnis-, Konzentrationsstörungen, Niedrigeschlagenheit, Schwindel, Ohrensausen, Kopfschmerzen. Bevor die Behandlung mit Ginkgo-Extrakt begonnen wird, sollte geklärt werden, ob die Krankheitszeichen nicht auf einer spezifisch zu behandelnden Grunderkrankung beruhen. Zur Verlängerung der schmerzfreien Gehstrecke bei arterieller Verschlusskrankheit, zur unterstützenden Behandlung von Ohrrauschen und bei Schwindel infolge von Durchblutungsstörungen oder altersbedingten Rückbildungsvorgängen. Enthält Lactose. Weitere Angaben s. Gebrauchsinformation. Apothekenpflichtig, Stand: September 2014

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

neuraxpharm Arzneimittel GmbH, Elisabeth-Selbert-Str. 23, 40764 Langenfeld  
E-Mail: info@neuraxpharm.de, www.binko-neu.de

<sup>1)</sup> Gemäß Fachinformation (120 mg Binko®, Stand Oktober 2014)

nachgewiesen für einen dem Wirkstoff von Binko®

entsprechenden Ginkgo-biloba-Blätter-Trockenextrakt

\*\* Beim Menschen und tierexperimentell bestätigt

\*\*\* Tierexperimentell bestätigt

 NEURAXPHARM®

www.binko-neu.de

E-Mail: info@neuraxpharm.de



## PER STUDIUM ZUM TRAUMBERUF

Eine Epilepsieerkrankung ist kein Grund, dem Wunsch zu studieren, nicht nachzugehen. Worauf es dabei ankommt: Mögliche Nebenwirkungen von Medikamenten zu kennen und das Recht auf einen Nachteilsausgleich zu nutzen.

Natürlich habe sie genau überlegt, was sie mit Epilepsie studieren könnte, sagt Carolin T. »Ich habe eine abgeschlossene Ausbildung als Krankenschwester und wollte eigentlich Medizin studieren«, so die 26-Jährige. »Aber ich wusste, wie anstrengend das Studium und der Beruf als Ärztin sein können. Da sich das nicht gut mit einer Epilepsie verträgt, habe ich mich für das Studienfach ›Soziale Arbeit‹ entschieden.«

Unabhängig davon, dass einige Studienfächer wie Medizin für Epilepsie-Patienten eventuell weniger geeignet sind, ist eine Hochschulausbildung eine besondere Herausforderung. Denn da kommen zu Vorlesungen und Prüfungen auch noch Beschwerden der Erkrankung hinzu: »Ich werde sehr schnell müde – eine Nebenwirkung der Medikamente. Früher bin ich in der Schule regelmäßig eingeschlafen und muss auch heute oft in Vorlesungen gegen die Müdigkeit ankämpfen.«

### NEBENWIRKUNGEN KENNEN

So wie Carolin geht es auch anderen Epilepsie-Patienten. »Grundsätzlich können Antiepileptika negative Effekte auf die Kognition und das mentale Wohlbefinden haben«, sagt Dr. med. Lienhard Dieterle, Facharzt für Neurologie und Psychiatrie. »Dazu zählen neben Müdigkeit und Erschöpfung vor allem Konzentrations-schwierigkeiten, Aufmerksamkeitsprobleme und ein langsames Arbeitsgedächtnis. Auch das Sprachverständnis kann gestört sein und es kann zu Problemen bei der Entwicklung von logischen Lösungs- und Planungsstrategien kommen, alles wichtige Voraussetzungen für ein erfolgreiches Studium.«

Stellen Betroffene solche Beschwerden bei sich fest, sollten sie mit ihrem Arzt darüber sprechen und einen Medikamentenwechsel versuchen. »Nicht jedes Präparat hat bei jedem die gleichen Nebenwirkungen. Das ist individuell unterschiedlich und man muss eventuell einige versuchen,

## FINANZIELLE UNTERSTÜTZUNG

Ein Studium will finanziert werden. Aber nicht jeder schafft es, nebenher noch zu arbeiten. In diesen Fällen kann man Unterstützung nach dem Bundesausbildungsförderungsgesetz (BAföG) beantragen – auch hier gelten Sonderregelungen für Menschen mit Behinderung und für chronisch Erkrankte – oder sich für spezielle Stipendien bewerben.

### MEHR INFORMATIONEN:

[www.das-neue-bafoeg.de](http://www.das-neue-bafoeg.de)

[www.deutschlandstipendium.de](http://www.deutschlandstipendium.de)

[www.studienstiftung.de](http://www.studienstiftung.de)

»Betroffene haben Anspruch auf Unterstützung.«

bis man ein passendes Medikament findet, mit dem man Anfallsfreiheit erzielt, die Nebenwirkungen sich aber in Grenzen halten«, so Dr. Dieterle.

## NACHTEILE AUSGLEICHEN

»Ich habe zwar verschiedene Medikamente ausprobiert, fühle mich aber häufig immer noch müde. Inzwischen kann ich damit leben. Wichtiger ist, dass ich seit Langem keine Anfälle mehr habe.« Carolin nutzte während des Studiums Möglichkeiten des Nachteilsausgleichs. Dabei handelt es sich um Maßnahmen, die Studierende mit einer chronischen Erkrankung oder einer Behinderung in Anspruch nehmen können. Möglich ist es zum Beispiel, einen Härtefallantrag zu stellen, um schneller einen Studienplatz zu bekommen, als es ohne Handicap der Fall wäre. Unter anderem werden Krankheitszeiten während der Schulzeit auf die Abiturnote und somit auf den Numerus clausus bestimmter Studienfächer angerechnet.

Zudem gibt es Sonderregelungen während des Studiums, etwa:

- mehr Zeit bei Klausuren, wenn die Konzentrationsfähigkeit eingeschränkt ist,
- die Möglichkeit mündlicher statt schriftlicher Prüfungen,
- Fristverlängerungen für Haus- oder Prüfungsarbeiten oder bei krankheitsbedingten Ausfällen in Prüfungszeiträumen.

## RECHTE EIFORDERN

»Mehr Zeit für meine Klausuren zu haben, hilft enorm«, berichtet Carolin, »man bekennt sich dann zwar zu einer Erkrankung, wenn man als einzige von über 200 Studenten bei einer Prüfung länger sitzen bleiben darf. Doch lohnt es sich auf jeden Fall, seinen Traum vom Studium zu verwirklichen und sich dabei unterstützen zu lassen.« Viele wissen zum Beispiel nicht, dass sie einen Rechtsanspruch auf einen Ausgleich haben. Wichtig: Auch wenn Regelungen zwischen Studierendem und Dozent in

Einzelfällen möglich sind, muss ein Nachteilsausgleich beim Prüfungsamt beantragt und durch ein ärztliches Attest oder einen Schwerbehindertenausweis belegt werden. An jeder Hochschule dürfte es einen Beauftragten für Behinderte geben, der bei der Antragsstellung behilflich ist. ● ag

### Einrichtungen und weitere Informationen rund um das Studium mit Epilepsie:

Deutsche Epilepsievereinigung e. V.  
[www.epilepsie-vereinigung.de](http://www.epilepsie-vereinigung.de)  
Tel.: 030/34 24 414

Informations- und Beratungsstelle Studium und Behinderung des Deutschen Studentenwerks  
[www.studentenwerke.de](http://www.studentenwerke.de)  
Tel.: 030/29 77 27-10

Bundesweites Netzwerk von Studierenden mit Epilepsie  
[epistuditreff@gmx.de](mailto:epistuditreff@gmx.de)

# TRAUER AM ARBEITSPLATZ

Wenn Kollegen sterben, bleiben erschütterte Menschen im Betrieb zurück. Nur ist dort für Trauer kaum Platz. Wie kann es dennoch gelingen, Mitarbeitern und ihrem seelischem Schmerz, den Tod und schwerer Verlust auslösen können, gerecht zu werden?

Es war auf einer gemeinsamen Geschäftsreise in Italien, als die 38-jährige Kollegin einen tödlichen Herzinfarkt erlitt. Andreas K., Projektleiter in der Flugzeugindustrie erinnert sich: »Ich fühlte mich völlig überfordert, funktionierte aber wie gewohnt weiter.« Ihm fiel die Aufgabe zu, die Familie der Kollegin zu benachrichtigen, dann die Vorgesetzten und Geschäftspartner zu informieren. Ebenso kümmerte er sich vor Ort um die Formalitäten der Überführung des Sargs. Für ihn war es wie ein Albtraum. Aber einen Kollegen durch unerwartete Umstände zu verlieren, kann im Grunde jedem passieren. Denn jedes Jahr sterben der Statistik zufolge mehr als 135.000 Menschen im erwerbsfähigen Alter. Unfall, Herzkrankheiten und Suizid sind die häufigsten Gründe dafür, dass Mitarbeiter plötzlich aus dem Leben scheiden.

## PROFESSIONELLE HILFE

Zurück am Arbeitsplatz in Hamburg fühlt sich Andreas erschöpft. Für den Trauerfall hatte niemand einen Plan zur Hand. »Wir sind hier auf Effizienz und Präzision gepolt«, sagt der junge Manager. »Im Umgang mit Tod und Trauer gibt es kein fertiges Konzept«, erklärt Annika Schlichting, »wichtig ist, rasch aus der Ratlosigkeit herauszukommen und Mitarbeitern Raum für persönliche Gespräche anzubieten.« Die ausgebildete Trauerbegleiterin arbeitet in der Hamburger Beratungsstelle Charon, die neben Einzelberatungen und Schulungen auch Krisenintervention in Unternehmen anbietet. Nach dem Anruf der Personalabteilung trifft sie sich mit Andreas und seinem Team. »Wir haben in Ruhe über den Tod der Kollegin gesprochen. Jeder konnte seinen Gefühlen freien Lauf lassen. Das Team entschied sich dafür, einen Gedenktisch für Blumen und Briefe aufzustellen«, berichtet Annika Schlichting.

## TRAUER ZULASSEN

Rituale des Abschieds, ebenso wie das Angebot, das Arbeitspensum vorübergehend zu verringern, all das drücke Wertschätzung des Arbeitgebers gegenüber den Mitarbeitern aus und zähle zur betrieblichen Gesundheitsvorsorge, sagt Dr. med. Iris Hauth, Chefärztin für Psychiatrie am St. Joseph-Krankenhaus in Berlin. Berufsfahrer, Dachdecker – oder wie unlängst die Piloten von Germanwings – haben sogar das Recht auf eine Auszeit, um Arbeitsunfällen vorzubeugen und andere nicht zu gefährden. »Trauernden fällt es schwer, sich zu konzentrieren, manche ziehen sich zurück und fühlen sich gereizt«, erklärt Dr. Hauth. Sie hält es für wichtig, auch am Arbeitsplatz angemessen mit Schmerz und Leid umzugehen: »Wird die Trauer unterdrückt, kann sie krank machen. Denn wenn es keine Möglichkeit gibt, über seelische Schmerzen zu sprechen und Gefühle zu äußern, kann sich eine Depression entwickeln.« Gleichzeitig warnt sie davor, eine gesunde Trauerreaktion mit Antidepressiva zu behandeln. In den USA ist es nach den neuen Leitlinien zulässig, Trauer nach zwei Wochen medizinische zu therapieren, hierzulande wird das heftig diskutiert.

In Hamburg erinnert heute, viele Monate nach dem Tod der Kollegin, ein Gruppenbild an die gemeinsamen Erfolge. Andreas K. hält fest: »Es hilft sehr, wenn ein Unternehmen weiß, dass es sich im Notfall professionelle Hilfe holen kann.« ● kb

- **Kriseninterventionsteams (K.I.T.)**
- bieten Berufsgenossenschaften, Unfall-
- kassen oder die örtlichen Wohlfahrts-
- verbände. Sie helfen, den ersten Schock
- zu überwinden, und bieten für Chefs,
- Führungskräfte und Mitarbeiter eine
- Orientierung im Umgang mit Trauer-
- fällen an.

Danielle F., Trier:

»Ich möchte mein **MS-Medikament (Wirkstoff Dimethylfumarat)** in eine Tablettenbox umfüllen. Was muss ich beachten?«



**Dr. Nicole Rosseaux**  
Apothekerin bei der Europa Apotheek

Um die Qualität Ihres Medikaments nicht zu beeinträchtigen, ist es wichtig, es lichtgeschützt und trocken aufzubewahren. Die Verblisterung der Kapseln garantiert dies. Aus diesem Grund ist es auch nicht empfehlenswert, Kapseln vorab aus der Verpackung herauszudrücken, um sie in ein anderes Behältnis umzufüllen. Am besten bewahren Sie Ihr Medikament in der Originalverpackung auf!

Mein Tipp, um für Reisen oder unterwegs kleine Mengen mitzunehmen: Schneiden Sie einzelne Kapseln mit einer kleinen Schere so aus der Blisterverpackung heraus, dass die Versiegelung nicht beschädigt wird. Auf diese Weise können Sie die Kapseln anschließend auch in einer Tablettenbox oder einem anderen Behältnis sicher aufbewahren. ●

## Aus der Sprechstunde

# NERVENSCHMERZEN BEHANDELN

Michaela M., Radevormwald:

»Seit einer **Gürtelrose** schmerzt fast jede Berührung auf der Haut, sogar die Kleidung ist unangenehm. Sind das Nervenschmerzen?«

Bei der Gürtelrose (Herpes Zoster) werden Herpesviren im Körper reaktiviert, die zu einer Entzündung der sensiblen Nerven führen. Klingt die Entzündung wieder ab, ist das Nervengewebe manchmal über einen längeren Zeitraum weiterhin gereizt. Diese Postzoster-Neuralgie kann sich in einer schmerzhaften Berührungsempfindlichkeit der Haut und in dauerhaft brennend-stechenden Missempfindungen äußern. Diese Schmerzen sollte man nicht ignorieren, da sie sich verselbstständigen und chronisch werden können.

Am besten lässt sich eine Postzoster-Neuralgie mit schmerzlindernden und kühlenden Pflastern behandeln, auch Pflaster mit speziellen Wirkstoffen des Cayenne-Pfeffers helfen. Zum Einsatz kommen zudem Medikamente zum Schlucken, die speziell zur Behandlung von Nervenschmerzen entwickelt wurden. Schmerzmittel wie Ibuprofen, Aspirin, Diclofenac oder Metamizol helfen hier nur wenig. ●

**Dr. med. Natascha Knoll**  
Neurologin und  
Schmerztherapeutin,  
Nürnberg



# ALPEN-ROMANTIK

## BUCHSTABENSALAT

Innehalten, zur Ruhe kommen und Kraft schöpfen – in der wunderschönen Landschaft der Alpen gelingt dies besonders gut. Was uns dort an Tieren, Natur und Brauchtum begegnet, lesen Sie im nebenstehenden Raster. Dabei können die Worte vorwärts, rückwärts, waagrecht, senkrecht oder diagonal geschrieben sein. Viel Erfolg beim Suchen!

*Edelweiss, Marmelade, Almbtrieb, Gletscher, Steinadler, Jodeln, Seilbahn, Gams, Sennerin, Enzian*

Die Lösung finden Sie auf Seite 5.



## Lesenswert

**Christophe André**




**Und vergiss nicht, glücklich zu sein!**

340 Seiten  
broschiert  
Campus  
19,99 €

Wie Alltag: unsere wichtigste Quelle für Glück. Das Wunderbare: Die Vorkommen sind beachtlich und sie zu erschließen, ist einfach. Man muss nur die Augen öffnen und sich ihrer bewusst werden. Willkommen in der Welt von Christophe André! Der Experte für positive Psychologie und Bestsellerautor aus Frankreich verändert unser Lebensgefühl. Seine Betrachtungen versprühen eine Leichtigkeit, die man augenblicklich in die Welt tragen möchte. André lehrt uns: »Wenn jemand sagt, ›ich bin glücklich‹, meint er damit: Ich habe zwar Ärger, aber der lässt mich kalt. Keinen Ärger zu haben? Unmöglich. Von ihm kalt gelassen zu werden? Nicht immer leicht, aber häufig möglich!« Dieses Buch öffnet uns die Augen. Und was wir sehen, ist schön. ●

Matthias Holtmann erzählt aus seinem schillernd-bewegten, gehörig intensiven Leben. In typisch trocken-witziger, manchmal auch ironisch-selbstironischer Manier surft der Radiomann durch Brecher und Wellentäler: Abschweifungen, Erinnerungen, Glücksmomente, Niederlagen und Visionen. In Interviews mit Stars, in vielfältigen Comedy-Rollen und Vorträgen auch ernsthafter Art steckt der Stoff für das spannende Drehbuch dieser »Live-Doku«, die ungebremst auch mit der Parkinson-Erkrankung konfrontiert. Gerade durch den offenen Umgang mit seinem eigenen Schicksal sind Holtmanns Erzählungen mehr als nur eine Promi-Biografie. ●

**Matthias Holtmann**



**Porsche, Pop und Parkinson**

350 Seiten inkl. CD  
»Holtmann erzählt«  
(ca. 60 Min.)  
gebunden  
Klöpfer & Meyer  
25 €

### IMPRESSUM

**Herausgeber:** NeuroTransConcept GmbH, Bahnhofstraße 103 b, 86633 Neuburg/Donau, Geschäftsführer: Dr. med. Arnfin Bergmann  
**Redaktionleitung** (v.i.S.d.P.): Prof. Dr. med. Christian Bischoff, NeuroTransConcept GmbH, Bahnhofstraße 103 b, 86633 Neuburg/Donau, bischoff@profbischoff.de  
**Schlussredaktion:** Karin Banduhn, t+t Medienbüro, Hamburg  
**Projektleitung:** Andrea Kuppe, Kuppe Kommunikation, Ratingen  
**Grafisches Konzept, Gestaltung, Illustration:** Eisenbach Design, Hückeswagen  
**Gestaltung, Illustration:** Gastdesign, Düren, Wiebke Windhagen, Hückeswagen  
**Titelfoto:** © Christian Ernst,  
**Autoren dieser Ausgabe:** Karin Banduhn (kb), Dr. med. Reinhard Ehret, Anne Göttenauer (ag), Dr. med. Natascha Knoll, Andrea Kuppe (ak), Dr. Nicole Rosseaux  
**Druck:** Brühlsche Universitätsdruckerei GmbH & Co KG, Gießen  
**Redaktionsschluss dieser Ausgabe:** 23. Juni 2015

**Bezug:** NTC Impulse liegt deutschlandweit in den Praxen der NeuroTransConcept GmbH aus und steht unter [www.neurotransconcept.com](http://www.neurotransconcept.com) zur Ansicht bereit.

Selbsthilfegruppen wenden sich bitte an: Andrea Kuppe (Tel.: 0173/7 02 41 42, [ntc-impulse@kuppekommunikation.de](mailto:ntc-impulse@kuppekommunikation.de)).

Die Zeitschrift NTC Impulse und die in ihr enthaltenen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Die Vervielfältigung und Verbreitung aller in NTC Impulse enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind ohne vorherige schriftliche Genehmigung des Herausgebers unzulässig. Dies gilt ebenfalls für eine Einspeicherung oder Verarbeitung von NTC Impulse in elektronischer Form.

# WENN ES UM MEINE MS-ERKRANKUNG GEHT...

Lieber gleich zu den Experten der europa apotheek.



Als mein Arzt MS bei mir diagnostizierte, sah ich mich bereits im Rollstuhl. Heute gehe ich aktiv mit meiner Erkrankung um und mache eine Basistherapie mit modernen Medikamenten.

Nebenwirkungen gehören leider dazu – aber dank der Hilfe der MS-Experten meiner Apotheke gehe ich heute ganz anders damit um. Immer, wenn ich Fragen zur Therapie habe, genügt ein Anruf! Diese Hilfe ist für mein Leben eine echte Bereicherung.

Anna Berkel\*, 38, aus Hamburg



Chef-Apothekerin Theresa Holler und Ihr Experten-Team

**JETZT KOSTENLOS UNSERE MS-EXPERTEN ANRUFEN:**

**0800 – 200 800 3033**

(kostenlos aus dem deutschen Fest- und Mobilnetz, Mo.-Fr. 9-20 Uhr, Sa. 9-16 Uhr)

**WEITERE INFOS AUCH UNTER:**

**[smart-leben.com/MS](http://smart-leben.com/MS)**

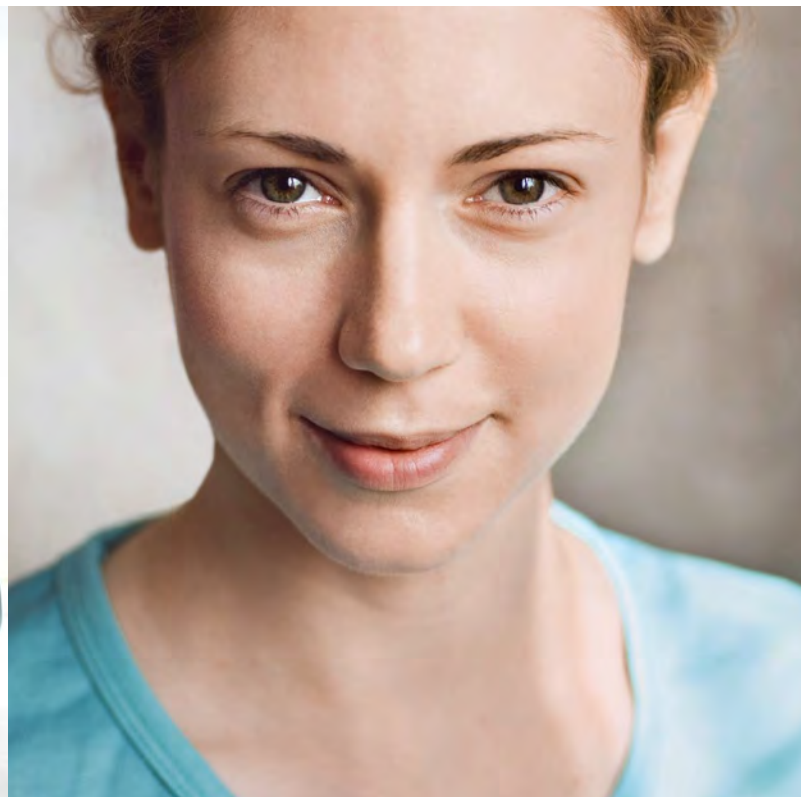
**Smart**   
**MULTIPLE SKLEROSE**

Die persönliche Experten-Beratung für meine Therapie.



smart – ein Service der **europa apotheek**

\* Name zum Schutz der Persönlichkeitsrechte geändert.



## VIELFÄLTIGE OPTIONEN. INDIVIDUELLE ZIELE.

So unterschiedlich sich die Erkrankung Multiple Sklerose bei jedem Betroffenen zeigt, so individuell sind die persönlichen Ziele jedes Einzelnen. Um das Spektrum an Möglichkeiten für MS-Patienten und deren behandelnde Ärzte zu erweitern, sehen wir unsere Verantwortung als führender MS-Spezialist in der Erforschung neuer innovativer Wirksubstanzen und der kontinuierlichen Weiterentwicklung bewährter Therapieansätze.

Darüber hinaus möchten wir MS-Patienten ermutigen, sich im Dialog mit dem behandelnden Arzt in die Therapie einzubringen und das Leben mit der Erkrankung selbstbestimmt und aktiv zu gestalten.

---

### Haben Sie eine Frage zur MS? Brauchen Sie Unterstützung?

Unsere Experten im MS Service-Center freuen sich auf Ihren Anruf:

**0800 030 77 30** Mo–Fr von 8.00–20.00 Uhr

Informationen unter [www.ms-life.de](http://www.ms-life.de)



---

GEMEINSAM **STARK** GEGEN MS

