

Unterstützende Maßnahmen

Alternative Medizin

- Andere Definition von Gesundheit und Krankheit (z. B. Homöopathie).

Komplementärmedizin

- Zur konventionellen, wissenschaftlichen Medizin ergänzende Behandlung (z. B. Ernährungsverfahren).



Unterstützende Maßnahmen

Voraussetzung*:

- Ausreichend informiert
(Art der Therapie, Risiken, Nebenwirkungen, Ergebnisse)
- Rücksprache mit dem Arzt
- Hinweis auf zusätzliche finanzielle Belastung

Einsatz alternativer Therapien - Häufigkeit

- Mindestens 1/3 der MS-Patienten in den letzten 6 Monaten
ca. **40 000 Pat. in Deutschland (18 Mio. Euro)**
- 67 % der MS-Patienten irgendwann ca. **80 000 Pat. in Deutschland**
- Zeichen für Krankheits- / Therapieeinsicht
- Versuch die Erkrankung anzunehmen

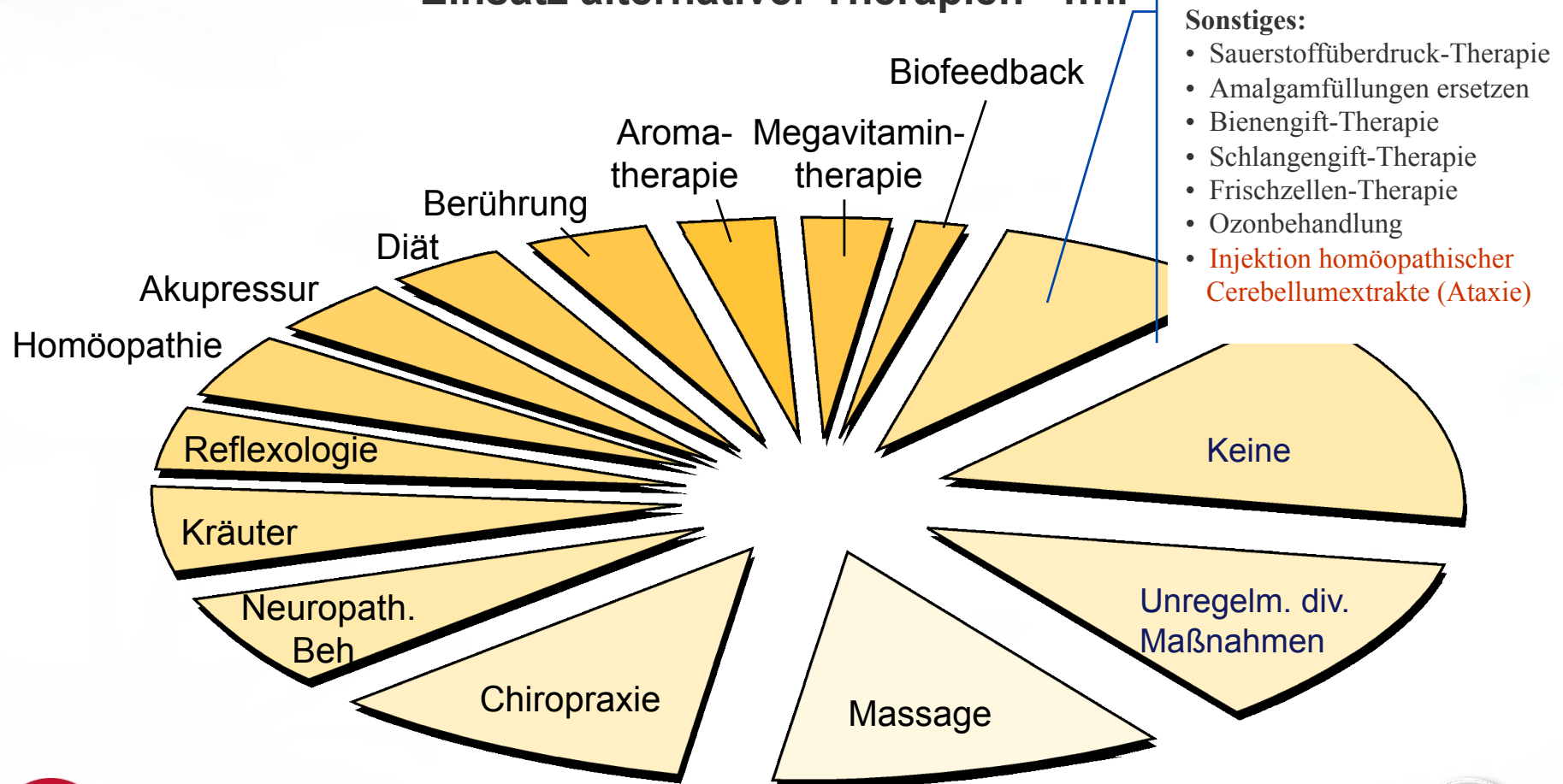


*Das Komitee für Behandlungsfragen der MSIF



Unterstützende Maßnahmen

Einsatz alternativer Therapien -



(Canada, 1999)



Unterstützende Maßnahmen - Ernährung



Unterstützende Maßnahmen - Ernährung

Was sagt die DMSG?

Eine gesunde und ausgewogene Ernährung ist für jeden Menschen gut. Das gilt auch für Menschen mit Multipler Sklerose.

Eine spezielle Diät, die eine Heilung bewirkt, gibt es aber nicht.

Wohl aber scheint ein Zusammenhang zu bestehen zwischen den Ernährungsgewohnheiten und der Häufigkeit des Auftretens von Multipler Sklerose.



Unterstützende Maßnahmen - Ernährung

Was sagt die DMSG?

Bevölkerungsgruppen, die besonders häufig tierische Nahrungsmittel wie Fleisch, Eigelb, Milchfett oder Butter zu sich nehmen, erkranken häufiger an MS, als Bevölkerungsgruppen, die vermehrt Fisch essen.

Deshalb wird allgemein eine ausgewogene, möglichst vollwertige Ernährung und abwechslungsreiche Kost

- ✓ **viel frisches Gemüse und Obst,**
- ✓ **weniger Fleisch und Fett**

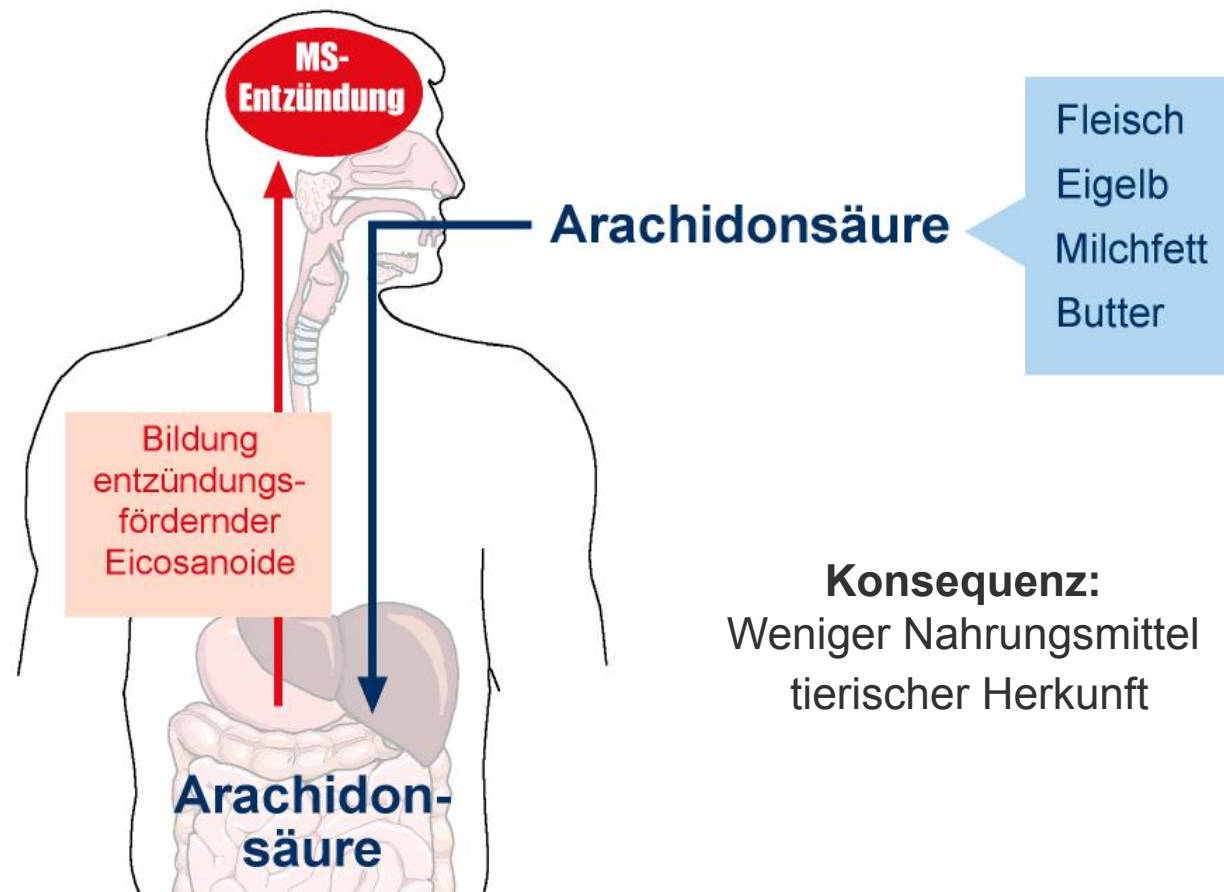
empfohlen.



Unterstützende Maßnahmen - Ernährung

Arachidonsäuren

- Arachidonsäuren:
Ausschließlich aus tierischer Nahrung, Fleisch,
Eigelb, Milchfett, Butter – **Entzündungsfördernd**



Konsequenz:
Weniger Nahrungsmittel
tierischer Herkunft



Unterstützende Maßnahmen - Ernährung

Zusammenfassung Fettsäuren und MS

Mehrfach ungesättigte ω -3 Fettsäuren

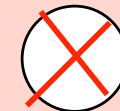
- Eicosapentaensäure
- ω -Linolensäure



haben wahrscheinlich einen günstigen Einfluss auf den MS-Verlauf

Mehrfach ungesättigte ω -6 Fettsäuren, wie z. B.

- Arachidonsäure



haben wahrscheinlich einen ungünstigen Einfluss auf den MS-Verlauf



Unterstützende Maßnahmen - Ernährung

Antioxidantien Vitamine

fettlöslich: A, D, E, K

wasserlöslich: B1, B2, B6, B12, C

Ernährungsbeispiele:

- **Vitamin A**
(Leber, Möhren, Spinat, Tomaten - Provitamin A = Betacarotin)
- **Vitamin C**
(Obst, Gemüse und Kartoffeln, vor allem in der Schale und in den darunter liegenden Fruchtteilen)
- **Vitamin E**
(Weizenkeimöl, Rapsöl, Sojaöl, Haselnüsse, Mandeln, Erdnüsse)

