

# MS-Info

Fachinformation der Schweizerischen Multiple Sklerose Gesellschaft



## Kompetente Beratung rund um MS

Eine Multiple Sklerose (MS) beeinflusst viele Lebensbereiche. Sie fordert Betroffene und Angehörige in körperlicher, psychischer und sozialer Hinsicht heraus. Das Beratungsangebot der Schweiz. MS-Gesellschaft geht auf diese vielgestaltigen Auswirkungen der Krankheit ein. Unser Team von Fachpersonen aus der Medizin, Pflege und Sozialarbeit unterstützt und begleitet Betroffene und deren Angehörige, bietet aber auch Fachpersonen, Arbeitgebern und weiteren Interessierten kostenlose Beratung.

Multiple Sklerose ist eine chronische Krankheit, die Betroffene und Ihre Angehörige ein Leben lang begleitet. Sie wirkt sich individuell und unterschiedlich auf die verschiedenen Lebensbereiche wie Beruf, Finanzen, Selbsterleben, Familie, Partnerschaft, Freizeit und Mobilität aus. Mit MS zu leben bedeutet, sich Veränderungen stellen zu müssen. Die Beschwerden oder die gesundheitliche Verschlechterung können komplexe Auswirkungen auf verschiedenen Ebenen haben. Umorientierung und Anpassung an neue Gegebenheiten sind immer wieder notwendig.

## Information und Beratung helfen weiter

Damit Ihnen das möglichst gut gelingt, steht Ihnen unser interdisziplinäres Beratungsteam zur Verfügung. Es besteht aus Sozialarbeiterinnen, Sozialarbeitern und Pflegefachpersonen. Je nach Situation bieten sie telefonische, persönliche, elektronische oder Beratungen per Video für Einzelpersonen oder mehrere Personen (z.B. Familien) an. Mit Ausnahme des Case Managements sind unsere Beratungen für Sie kostenlos.

damit es besser wird

Bei Bedarf vermitteln wir Ihnen Kontakte zu unseren externen Beratungspartnern: Bei der Fachgruppe Physiotherapie bei MS (FPMS), der Fachgruppe Psychotherapie und Neuropsychologie bei MS und der Rechtsberatung für Behinderte von Inclusion Handicap finden MS-Betroffene Ansprechpersonen, die im Einzelfall weiter helfen können. Die MS-Gesellschaft unterstützt diese Organisationen, die sich auf die Hilfestellung für MS-Betroffene spezialisiert haben, sowohl ideell als auch finanziell.

## Ihre erste Anlaufstelle:

### MS Infoline

Über die MS Infoline (0844 674 636) erreichen Sie uns von Montag bis Freitag von 9 bis 13 Uhr. Unsere Beraterinnen und Berater beantworten Ihre Fragen und nehmen sich Ihrem Anliegen an. Stellt sich heraus, dass eine weitergehende Beratung nötig ist, kann ein Gespräch mit Ihrer persönlichen Beratungsfachperson vereinbart werden. Gespräche können im MS-Zentrum in Zürich oder in einer MS-Sozialberatung - häufig an grossen neurologischen Kliniken - stattfinden. Zögern Sie nicht, für die Standorte in Aarau, Amriswil (TG), Basel, Bern, Chur, Frauenfeld, Glarus, Luzern, Schaffhausen, St. Gallen, Spiez und Zürich Termine zu vereinbaren.

## Unsere Dienstleistungen

### Sozialberatung

Unsere Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter begleiten Sie kompetent bei Fragen rund um Arbeit, Beruf und Familie sowie zu den Versicherungen und Ihrer finanziellen Situation:

- Sie wollen/müssen Ihre Arbeitssituation überdenken.
- Ihre Wohnsituation braucht Veränderung oder Sie benötigen Hilfsmittel.
- Sie brauchen Unterstützung oder Pflege zu Hause.
- Sie wollen Ihre Angehörigen entlasten.
- Sie möchten / müssen Ihre finanzielle Situation überprüfen.
- Sie brauchen Beratung bezüglich Leistungen der Sozialversicherungen (Invalidenversicherung, Pensionskasse, Krankenkasse, etc.).
- Sie planen eine Reise oder Ferien und wünschen Informationen oder Hilfe.

### Case Management

Case Management sucht individuell angemessene Lösungen für und mit Betroffenen und wird bei Menschen

mit komplexen Fragestellungen, bei zeitlich andauernden Problemen und in Situationen mit sehr hohem Koordinationsbedarf eingesetzt. Ihre persönliche Beratungsfachperson klärt mit Ihnen ab, ob sich der Einsatz, die Möglichkeiten und die Finanzierung eines Case Managements lohnen. Die MS-Gesellschaft stellt Ihnen bei Bedarf einen ihrer ausgebildeten Case Manager zur Seite.

### Psychosoziale Beratung

Unsere Beraterinnen und Berater unterstützen Sie und Ihre Angehörigen in Einzel-, Paar- oder Familiengesprächen.

- Sie möchten Unterstützung in schwierigen Situationen.
- Sie brauchen Klärung zu Symptomen wie Müdigkeit, Depression, Angst oder kognitiven Störungen.
- Sie sind neu mit MS konfrontiert und möchten sich mit einer Fachperson über Ihre Gedanken und Gefühle austauschen.
- Die Belastung der MS wirkt sich auf Ihre Partnerschaft, Ihre Familie oder Ihr Umfeld aus.
- Sie stossen durch die MS immer wieder an Ihre Grenzen und suchen nach Wegen, wie Sie mit den alltäglichen Herausforderungen stressfreier umgehen können.

Wir stehen Betroffenen und Angehörigen in der Deutschschweiz für erste Gespräche und Meinungsbildung zur Verfügung oder vermitteln bei Bedarf an Psychotherapeutinnen und -therapeuten der Fachgruppe Psychotherapie bei MS in Ihrer Wohnortnähe. Für die Finanzierung der externen psychologischen Beratung und Psychotherapie gelten die Bestimmungen Ihrer Krankenkasse. Bitte informieren Sie sich bei Ihrem Arzt und Ihrer Krankenkasse über die Voraussetzungen.

Sollte Ihre Krankenkasse eine Finanzierung ablehnen, können Sie sich an die MS Infoline wenden, um eine Kostenübernahme durch unseren Härtefallfonds abzuklären.

### Pflegeberatung und medizinische Therapieberatung

Unsere Pflegefachpersonen sind Spezialistinnen und Spezialisten rund um die medizinischen und pflegerischen Belange der MS. Sie beraten Sie in Ihren Anliegen individuell und unterstützen Sie im Umgang mit MS. Eine enge Zusammenarbeit und Vernetzung mit weiteren Fachpersonen des MS-Feldes gewährleistet Ihnen eine umfassende Betreuung. Die Beratung findet telefonisch, schriftlich oder im persönlichen Gespräch im MS-Zentrum in Zürich, Lausanne oder Lugano statt.

Folgende Themen können Inhalt sein:

- Alltagsfragen (z.B. Bewegung, Mobilität, Sport, Ferien und Ernährung etc.)
- Strategien im Umgang mit MS fördern und entwickeln
- Vorbereitung auf schwierige Gespräche mit dem Arzt, Spitex und anderen Personen
- Möglichkeiten der Symptomerkennung und -behandlung, pflegerische und therapeutische Massnahmen
- Kinderwunsch, Stillen, Familienplanung
- Hilfsmittel
- komplementäre Behandlungsmethoden
- medikamentöse Therapien und Medikamentenanwendung:
  - unabhängige Medikamentenanwendungsberatung
  - Begleitung und Unterstützung bei der langfristigen Therapieanwendung
  - Instruktion zur Anwendung der Medikamente (Spritzen)
  - Erläuterung der Hilfsmittel (z.B. Injektionsgeräte)
  - Management möglicher Nebenwirkungen
  - unterwegs mit Medikamenten
  - Motivation stärken

### Pflegeberatung für Angehörige

Partnerinnen und Partner, enge Familienmitglieder und andere nahestehenden Personen, welche MS-Betroffene begleiten, sind mit verschiedenen Frage- oder Problemstellungen der MS konfrontiert. Übernehmen sie gar die praktische Pflege erweitern sich die Fragestellungen zusätzlich. In Ihrem Engagement und den damit verbundenen Herausforderungen unterstützen wir Sie gerne kostenlos mit unserer Beratung.

Für weitere Informationen und Beratungen steht Ihnen die MS-Gesellschaft gerne zur Verfügung:

MS-Infoline 0844 674 636  
(Mo–Fr von 9.00 bis 13.00 Uhr)

Folgende Themen können Inhalt sein:

- Hilfsmittel
- Unterstützende Pflegedienste
- Klärung komplexer Problemstellungen
- Mögliche Lösungen aufzeigen
- Entlastende Massnahmen erarbeiten
- Vermittlung von Unterstützung und Entlastung
- Klärende Gespräche am «runden Tisch» zu Koordination von Aufgaben
- Eigener Umgang mit der Rolle als pflegende Angehörige

## Information rund um MS

Unsere Website [www.multiplesklerose.ch](http://www.multiplesklerose.ch) bietet Ihnen fundierte Informationen zum Thema MS. Darüber hinaus können Sie den elektronischen MS-Infoletter abonnieren (erscheint 12 mal pro Jahr) und sich im Diskussionsforum mit anderen Betroffenen austauschen und Kontakte knüpfen. In der Rubrik «Unsere Angebote» können Sie unsere MS-Info und weitere Dokumente herunterladen oder Kurzfilme ansehen.

### MS Register

Das MS Register ist eine Datensammlung. Sie trägt zum besseren Verständnis der MS und ihrer Behandlung bei und erfasst die Belastung für die Betroffenen und deren Familien mit dem Ziel, die Lebensqualität zu verbessern. Weitere Informationen und Anmeldung [www.ms-register.ch](http://www.ms-register.ch)



## Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft

Josefstrasse 129 / 8031 Zürich

Informationen: [www.multiplesklerose.ch](http://www.multiplesklerose.ch) / 043 444 43 43

[info@multiplesklerose.ch](mailto:info@multiplesklerose.ch)