



Mike URBING, Trésorier

#### 7. Fixation de la cotisation 2020:

Lors de l'assemblée générale de 2018, une augmentation de la cotisation de 10.-€ à 20.-€ à partir de 2019 avait été décidée. Il a été décidé de maintenir le montant à 20.-€ pour 2020.

#### 8. Programme 2019:

Les projets pour 2019 ont déjà été mentionnés dans le rapport de la secrétaire.

#### 9. Divers et discussions:

- Kaufmann Marianne a remercié la commune (M. Mathekowitsch Jean-Claude) et a demandé si c'est possible de continuer d'organiser des activités avec les enfants de la maison relais qui sont très appréciées des deux côtés.

- Kraus Niki explique que les enfants de la maison relais viendront au Bill toutes les 2 semaines jusqu'au mois de juin, ensuite des activités communes pourront continuer, éventuellement à une moindre fréquence.
- Line Fohl-Olinger, Tilly Metz et Felix Büchler remercient le personnel pour son travail de qualité et Tilly Metz remercie les membres du comité pour leur engagement.
- Pauly Serge propose d'aller davantage à la rencontre de jeunes et très jeunes (enfants / adolescents) personnes atteintes de SEP et de leur proposer des rencontres au Bill
- Anne Leurs confirme la volonté de la Ligue de s'adresser davantage aux jeunes qui, souvent, hésitent de s'adresser à l'association de peur d'y être confrontés avec des personnes plus sévèrement affectées.
- Susanna Van Tonder est confiante qu'une offre spécifique pour jeunes sera mise en oeuvre sous peu.

#### 10. Conférence sous le thème: "Handicap, accessibilité et transport pour tous"

Qu'est-ce qu'on entend par « Design for all » ? Qu'est-ce que le label « EureWelcome » ? Quelles sont les aides en matière de transport individuel et collectif qui existent au Luxembourg, comment fonctionnent-elles et à qui s'adressent-elles ? Telles étaient quelques-unes des questions abordées lors de cette présentation intéressante avec Monsieur Yannick Breuer, Coordinateur en accessibilité, Info-Handicap qui a clôturé l'assemblée générale en beauté.





## WELT MS DAG 2019 : #MYINVISIBLEMS INTERNATIONALE WELT MS DAG VUM 30TE MEE 2019

**Déi international MS Federatioun MSIF huet den internationale Welt MS Dag vum 30te Mee 2019 ënner d'Thema vun den onzichtbare Krankheete gesat mat dem Motto: #MyInvisibleMS.**

Schonn am Virfeld haten si déi sëllegen national MS Gesellschaften opgeruff fir Filmer ze maachen an deenen MS Betreffener iwwer hier onzichtbar Symptomer schwätze fir déi da ronderëm den 30te Mee op hirer Facebook Säit ze diffuséieren. Och Fotoe goufe gesammelt fir Affichen iwwer déi onzichtbar Symptomer ze realiséieren.

Wuel wëssend dass déi onzichtbar Symptomer oft net manner invalidant fir Betreffener si wéi déi sichtbar, dass et awer an deem Fall oft méi schwéier ass fir vum Ëmfeld Versteedemach ze kréien hu mir eis als MSL ugesprach gefillt fir bei dëser weltwäiter Aktioun matzemaachen. En Ausschnëtt aus dem Lëtzebuurger Film gesäit een op eisem Internet Site ([www.msweb.lu](http://www.msweb.lu)) an d'Affiche fënnt een um Site vum Welt MS Dag 2019 (<https://worldmsday.org/fr/>).

Donieft huet MSL awer och eng ganz Rei Evenementer a Sensibiliséierungsaktiounen ronderëm dat Thema a ronderëm de Welt MS Dag organiséiert.

Startschoss war Sonndes den 12te Mee mat enger Konferenz iwwer Ëmweltaflëss an MS. An engem ganz interessante Virtrag huet de President vun Akut, Jean Huss, iwwer méiglech Aflëss vun Ëmweltgëfter, Viren, Ernierung an anere Facteuren op d'Entwécklung vun MS geschwat an de Standpunkt vertrueden dass ee bei der Behandlung vun MS, nieft de klassische Medikamenter och misst eng Ursachevermeidung an d'Ae faassen.

Do louch hien op enger Linn mam Dokter René Metz, deen ënner anerem iwwer den Afloss vum Tubak, dem Iwwergewicht am jonken Alter an der positiver Wirkung vum Sport geschwat huet, alles Facteuren déi den Eenzele ka beaflossen.



De Baubiolog Ralph Baden huet d'Fro vun der Expositioun op all méiglech Schuedstoffer doheem, dobaussen an op der Aarbechtsplaz an d'Diskussioun bruecht. An der Fro wéi wichteg a pertinent Grenzwäerter fir esou Schuedstoffer si waren sech eis Experten net ganz eens an et gouf no der Konferenz nach ganz animéiert Diskussiounen mat de Participanten.





De 15te Mee hu mir am Kader vum Diversity Day 2019 Jonker aus der internationaler Schoul vun Déifferdeng iwuer MS a verschidden Aarte vun Handicap opgekläert. Si konnten sech informéiere wéi eng Hëllefsmëttele et gëtt fir trotz ënnerschiddleche Behënnerungen um Liewen am Alldag deelzehuelen, konnten e Parcours mam Rollstull maachen (och hannerzeg aparke stoung um Programm) a verschidden onsichtbar Symptomer vun der MS wéi Gläichgewichtsstéierungen, Sensibilitéitsstéierungen, Problemer mat der Vue a Fatigue um eegene Leif erfueren. Mir hoffen dass si vun deem "coolen Atelier" wéi si soten och eppes mat ewech gedroen hunn.

Den 18te Mee war deen traditionellen Aktiounsday an der Stad op der Plëss wou mir mat engem Stand vertruede waren.

Den 22te Mee war déi éischt Projektioun vum Film "Kleine graue Wolke" am Ciné Scala zu Dikrech. Beim Patt duerno gouf dichteg diskutéiert: déi eng hunn sech an de Froe vun der Realisatrice 100% erëmfonnt, e puer anerer hu fonnt hier Suerge wiere ganz anerer Natur. Verschiddener hunn sech duerch de Film mat Froe konfrontéiert fonnt deenen se eigentlech léiwer

aus dem Wee gaange wieren, anerer hu fonnt de Film wier en Ureiz fir si fir verschidden eege Strategien am Ëmgang mat der Krankheit a Fro ze stellen. Allgemeng war den Echo positiv a fir all déi déi de Film verpasst hunn: et gëtt nach eng Méiglechkeet fir e kucken ze goen, an zwar den:

**Freideg 28 Juni um 18h30 am Kinopolis um Kierchbierg: den Entrée ass gratis, Kollekte nom Film. Mellt Iech weg un um 26610556 oder ënner mslux@pt.lu**

An der Woch ronderëm de Welt MS Dag waren d’Affiche vum Welt MS Dag am Centre Hospitalier an der Stad an am Centre hospitalier du Nord zu Ettelbréck ausgestellt fir souwuel d’Visiteure wéi dat medezinescht Personal ze sensibiliséieren.

Och d’Presse huet eis gehollef op de Welt MS Dag an op d’Suerge vun den MS Beträffenen opmierksam ze maachen duerch verschidden Artikelen an Emissiounen op Radio Ara an RTL.

Alles an allem also e ganz positive Bilan!





PROJECTION GRATUITE

Freitag 28/06/19  
um 18h30  
im Kinopolis Kirchberg

Eintritt gratis, Anmeldung erforderlich  
unter 26610556 oder mslux@pt.lu



# kleinegrauewolke

Ein Film von Sabine Marina



»Ein Film von einer, die auszog, das Fürchten zu verlernen«  
DIE WELT

Regie und Buch SABINE MARINA · Schnitt STJEPAN MARINA · Kamera JONAS HIERONIMUS · Musik JULIA BOSSERT · Ton CLAUDIA MATTAI DEL MORO · SIMON BASTIAN  
Sounddesign SIMON BASTIAN · Grafik ELISABETH FRANK · Produktionsleitung DAVID BRYCH · Produktion FROG MOTION FILMPRODUKTION UND DIE HOCHSCHULE OWL · Verleih W-FILM

[kleinegrauewolke.wfilm.de](http://kleinegrauewolke.wfilm.de)

„Da gibt es eine kleine graue Wolke an deinem blauen Himmel.“ So umschreibt der Arzt die Diagnose Multiple Sklerose. Für Sabine Marina war es ein furchtbares Gewitter – bis sie beschloss, einen Film über sich und ihre Krankheit zu drehen. Statt wegzulaufen, stellt sich die Filmemacherin existenzielle Fragen: Auf was könnte ich am ehesten verzichten? Sehen? Hören? Laufen? Sie trifft andere Menschen, die mit Multiple Sklerose leben und lernt ihre ganz unterschiedlichen Lebensstrategien kennen. Berührende Begegnungen, die Sabine Marina ermutigen, ihr Schicksal aktiv in die Hand zu nehmen.

# DIE KRANKHEIT DER TAUSEND GESICHTER

BY TESSIE JAKOBS • 08.05.2019 • WOXX



LU DANS  
LA PRESSE

**Obwohl in Luxemburg zwischen 600 und 1.000 Menschen unter Multipler Sklerose (MS) leiden, weiß die breite Öffentlichkeit immer noch sehr wenig über diese chronische Krankheit, die man den meisten Betroffenen nicht ansehen kann. Um dagegen anzugehen, lädt Multiple Sclérose Lëtzebuerg im Rahmen des Welt-MSTags am 30. Juni zu einer Reihe von Veranstaltungen ein.**

Den Startschuss bildet eine Konferenz an diesem Sonntag, dem 12. Mai. In einem ersten Teil geht Jean Huss, Präsident der Aktionsgruppe für Umwelttoxologie (Akut), auf den Einfluss ein, den Umweltfaktoren auf Autoimmunerkrankungen wie MS haben. Anschließend folgt ein Rundtischgespräch mit dem Baubiologen Ralph Baden sowie René Metz, Neurologe im CHL.

Am Samstag, dem 18. Mai können Interessierte sich auf einem Stand auf der Place d'Armes über das Thema informieren. Den

Abschluss der Veranstaltungsreihe bildet der deutsche Film „Kleine graue Wolke“ (2014). Der Film, der auf persönlichen Erfahrungen der an MS erkrankten Regisseurin beruht, geht den Fragen nach, wie sich die Symptome von MS im Laufe des Lebens entwickeln und welchen Einfluss sie auf soziale Beziehungen nehmen können. Zudem werden die Vor- und Nachteile einer Behandlung thematisiert, die zahlreiche Nebenwirkungen mit sich bringt. Der Film wird am 22. Mai um 15 Uhr im Ciné Scala in Diekirch und am 28. Juni um 18 Uhr 30 im Kinopolis Kirchberg gezeigt.

Weitere Informationen unter: [www.msweb.lu/wp](http://www.msweb.lu/wp)



# LA SCLÉROSE EN PLAQUES, L'INVISIBLE

BY D.R. • 11.05.2019 • LE QUOTIDIEN



LU DANS  
LA PRESSE

**Luxembourg, le 30 mai, ce sera la journée mondiale de la Sclérose en Plaques**

La sclérose en plaques (SEP) est une maladie chronique auto-immunitaire du système nerveux central qui touche entre 600 et 1000 personnes au Luxembourg

Trois fois plus fréquente chez les femmes que chez les hommes, elle est le plus souvent diagnostiquée entre 20 et 40 ans, mais elle peut également apparaître chez des enfants ou adolescents. La maladie est à ce jour incurable.

En fonction de la localisation des lésions, les symptômes de la SEP sont très différents d'une personne à l'autre, ce qui en fait la "maladie aux 1000 visages". Nombre de ces symptômes, souvent très invalidants pour les personnes concernées, restent invisibles à l'entourage.

La journée mondiale de la SEP du 30 mai prochain aura pour but de sensibiliser à cette question du handicap invisible avec son slogan #MyInvisibleMS.

Sur une série de dix affiches, des personnes atteintes de SEP du monde entier invitent le spectateur à aller au-delà des apparences et à croire à la réalité du symptôme invisible. Les malades souhaitent expliquer qu'il est difficile pour eux de se justifier d'être moins productif parce qu'ils souffrent d'une très grande fatigue, de spasticité, de douleurs, de problèmes au niveau de la vessie ou des intestins, de troubles cognitifs, de problèmes de la concentration ou de troubles de l'humeur, etc., alors qu'aucun handicap physique n'est visible.

Au Luxembourg, Multiple Sclérose Lëtzebuerg (MSL), au service des personnes atteintes de SEP et de leur entourage depuis bientôt 40 ans se joint au mouvement en organisant plusieurs événements autour de la journée mondiale de la SEP.

Ce dimanche 12 mai de 16h30 à 18h au MS Day Center "um Bill" aura lieu une conférence sur l'influence des facteurs environnementaux sur des maladies auto-immunitaires telles que la SEP.

Le samedi 18 mai de 8h à 19h sur la place d'Armes à Luxembourg, un stand d'information sera installé dans le cadre des semaines de sensibilisation de la Ville de Luxembourg.

Mercredi 22 mai à 15h au Ciné Scala à Diekirch aura lieu la projection du film "Kleine graue Wolke" (en langue allemande) de la réalisatrice allemande Sabine Marina, elle-même atteinte de la sclérose en plaques. Une réservation au préalable est préférable. Le prix de l'entrée par adulte s'élève à 7,5 euros et le tarif étudiant est de 6,5 euros.

Ce même film sera projeté le vendredi 28 juin à 18h30 au Kinopolis Kirchberg. L'entrée sera gratuite.



## MULTIPLE SKLEROSE: WENIG BEKANNTE KRANKHEIT

BY ANNE LEURS • 16.05.2019 • LÉTZEBURGER JOURNAL



LU DANS  
LA PRESSE

**Am 30. Mai wird der internationale Tag der Multiplen Sklerose begangen. Bereits im Vorfeld organisiert die „Ligue Luxembourgeoise de la Sclérose en Plaques“ dazu eine Reihe von Veranstaltungen. Ziel ist die Sensibilisierung für eine Krankheit, die nicht so einfach zu erkennen ist, wie Direktorin Anne Leurs erklärt.**

„Wir nennen die Multiple Sklerose auch die Krankheit der tausend Gesichter, weil sie von Fall zu Fall unterschiedlich ausgeprägt ist. Oft sieht man einer betroffenen Person gar nicht an, dass sie krank ist. Manche verstecken sie sogar, denn die Diagnose MS hat weitreichende Konsequenzen. Nicht nur für die Person an sich, die mit Phasen grosser Müdigkeit zu tun hat, mit Schmerzen und Konzentrationsschwierigkeiten oder Blasen- und Darmproblemen – manchmal kommen alle Schwierigkeiten zusammen.“

Was genau MS auslöst ist noch nicht umfassend erforscht. Es gibt denn auch kein Heilmittel, lediglich Therapien, welche die Auswirkung der Krankheit lindern oder deren Fortschreiten bremsen. Schon die Diagnose von MS ist alles andere als leicht. Es ist eine Ausschlussdiagnose. Betroffene müssen sich dabei oft über eine längere Zeit Tests unterziehen, bis sie Klarheit über ihren Zustand haben.

Fakt ist, dass viele Mitbürger betroffen sind. Einer von tausend hat MS. In Luxemburg rechnen wir mit 600 bis 1.000 Betroffenen. Fakt ist auch, dass Patienten meist nicht mehr in dem gleichen Rhythmus weiterleben und weiterarbeiten, wie sie es gewohnt waren. Hier stellen sich eine Menge Zukunftsfragen, die einen bedeutenden psychologischen Druck verursachen. Ausserdem müssen MS-Patienten meist um Verständnis kämpfen, etwa in ihrem Arbeitsumfeld. Natürlich wollen sie nicht als faul abgestempelt werden, aber auch nicht ausgeschlossen werden, das Gefühl bekommen, nichts mehr in ihrem Job beitragen zu können.

Nicht nur der Patient, auch seine Familie ist mit diesen vielen Fragen konfrontiert. Wir versuchen, allen Betroffenen die notwendige Information und psychologische Unterstützung zukommen zu lassen. Dazu gehören auch Kurse etwa für Entspannungstechniken, eine Tagesstätte für Personen mit schwerer MS und 16 Wohneinheiten in Esch/Alzette, wo MS-Betroffene autonom und günstig leben können. Wir möchten in Zukunft unser Hilfsangebot vor allem für jüngere Patienten noch ausbauen.

Die ‚Ligue Luxembourgeoise de la Sclérose en Plaques‘ setzt vor allem auch auf die Sensibilisierung der Öffentlichkeit für MS. Deshalb haben wir am 18. Mai einen Stand auf dem Place d’Armes bei den Sensibilisierungswochen der Hauptstadt und zeigen den Film ‚Kleine graue Wolke‘ von Sabine Marina im Ciné Scala in Diekirch um 15.00 am 22. Mai und am 28. Juni um 18.30 im Kinopolis auf Kirchberg. Marina ist selbst MS-Patientin und hat einen sehr persönlichen Film über ihren Umgang mit Multipler Sklerose gemacht. Interessenten können sich über [mflux@pt.lu](mailto:mflux@pt.lu) anmelden. Darüber hinaus stehen wir für alle Informationen über MS jederzeit zur Verfügung.“



## VISITE VUM EUROPAPARLAMENT ZU STROOSSBUERG

MËTTWOCHS DE 27 MÄERZ 2019

**Mëttwochs de 27 Mäerz 2019 moies um 6h30 treffe sech 17 Membere vun MSL um Glacis fir en Ausflug op Stroossbuerg an d'Europaparlament, op Invitaioun vun eiser Presidentin, dem Tilly Metz.**

Ënnerwee hu mir gutt Zäit fir déi arem franséisch Grenzgänger ze bedauern, déi scho viru 7 Auer Moies an engem laange Stau stinn. Fir de Rescht geet et drëm fir Energie ze sammelen fir en Dag dee versprécht ustrengend ze ginn.

Während d'Rollstullfuere an hier Begleeder ouni vill Formalitéiten an de Bannenhaff vum Parlament eragelooss ginn, mussen d'Foussgänger sech enger Sécherheetskonnroll ënnerzëien déi där op engem Fluchhafen an näischt nosteet. Mir sinn definitiv net déi eenzeg Visiteuren haut.

Eis Visite fänkt un mat engem Tour duerch de Parlamentarium Simone Veil, wou een déi 751 Europadeputéiert kann op interaktiven Ecranen besser kennelëieren an och d'Missioun vum Europaparlament kann entdecken.

Duerno hu mir eng Privatkonferenz mam Tilly, wou hatt eis mat sengem gewinnnten Enthusiasmus vu senger Aarbecht als Europadeputéiert erzielt an op all eis Froen äntwert.

Déi obligat Foto bei den europäesche Fändelen dierf natierlech

net feelen ier et dann an den Hémicycle geet wou mir den Debatte kënnen nokucken. Leider geet et mat der Zäit net duer fir och nach bei den Ofstëmmungen dobäi ze sinn, mir ginn erwaart am Restaurant « Aux armes de Strasbourg » wou mir en typesche Stroossbuenger Menü opgedëscht kréien.

An dann ass et schonn erëm Zäit fir sech op den Heemwee ze maachen. Trotz der Middegkeet ass d'Stëmmung gutt an et deet kengem leed dass en dobäi war!





## “JOURNÉE DE LA DIVERSITÉ”

### AN DER ÉCOLE INTERNATIONALE DE DIFFERDANGE ET ESCH-SUR-ALZETTE (EIDE)

Am Kader vun der Journée de la diversité am EIDE (école internationale de Differdange et d'Esch-sur-Alzette) haten d' Anne Leurs, d' Marianne Kaufmann an d' Stagiaire Céline a Sandy déi grouss Freet een Atelier fir fënnf Schoukllassen ze organiséieren an ze realiséieren. Et ware véier franséisch an 1 englesch Klass aus dem éischten an zweete Joer secondaire, a pro Klass ware jeeeweils 45 Minutte virgesinn.

Am Viraus hu mir eis dofir Gedanke gemaach an e prezisen Oflaf ob d' Been gestallt. Déi 45 Minutten, déi mir pro Klass vu jeeeweils 20-25 Schüler zur Verfügung hate, ware relativ weéneeg.

Den Dag selwer hu mir nach alles opgeriicht. D' Affichë vum Welt MS Dag mat den onsiichtbare Symptomer hu mir am Klassenall opgehaangen. An engem Eck hu mir déi 3 Plakater fir den Atelier iwver d' Hëllefsmëttel op eng Tafel gehaangen an am aneren Eck hu mir d' Saache prett geluecht fir de Sensibiliséierungs Atelier. De Parcours mam Rollstull huet am Gank stattfonnt, dofir konnt een d' Hittercher nach net direkt opstellen.

An der Mëtt vum Sall hu mir d' Still an ee Krees gestallt, wou mir eis all mat de Kanner higesat hu fir un ze fänken. Mir hunn den Atelier ugefaange mat enger klenger Presentatioun vum Anne Leurs iwver d' Multiple Sclérose Lëtzebuerg an iwver d' Krankheet Multiple Sclérose. Duerno war et dunn um Marianne fir en Témoignage iwver seng Krankheet ze maachen. Dobäi waren d' Kanner ganz roueg an hu gutt nogelauschert. Zum Schluss haten se nach vill Froen un d' Marianne. Et waren deels Froe wou kee vun eis domat gerechent hat, dass si sech sou fir

---

*“Et waren deels Froe wou kee vun eis domat gerechent hat, dass si sech sou fir d' Thema intresséieren an sou wäit iwwerleeë géifen.”*

---

d' Thema intresséieren an sou weit iwwerleeë géifen. Si wollten z.B. seng Reaktioun wësse wéi et deemools seng Diagnos krut.

Leider ware just 10 Minutte virgesi fir d' Intro an den Témoignage, dofir misste mir d' Zäit gutt am Bléck halen, well et soss knapp gëtt vir déi verschidden Atelierer déi jeeeweils 10 Minutte gedauert hunn. No der Intro goufen d' Kanner an dräi Gruppen ageedeelt fir bei déi dräi verschidden Atelierer: Parcours mam Rollstull, Sensibiliséierung iwver MS, Hëllefsmëttel fir physesch, Siicht-an auditiv Behënnerung.

Ee Grupp konnt mam Rollstull Parcours am Gank ufänken. D' Marianne huet de Kanner puer Tipps an Tricks gi wéi ee mam Rollstull ëmgeet an huet hinnen de Parcours virgewisen. D' Schüler ware voller Freed a ganz motivéiert fir dës Parcours ze maachen. Si konnten e klengen Abléck kréie wéi et ass wann





een am Rollstull ass an heiansdo op enger enker Plaz laanscht komme muss a wat et heescht no hannen ze fueren. D´Kanner ware ganz begeeschtert.

Währenddem konnt en anere Grupp erausfanne wéi et ass wann een MS huet, wat dat zum Beispill mat de Been oder den Hänn maache kann. Si konnten iwwert eng opgeblose Loftmatrass goen a spiere wei dat ass wann ee Gläichgewichtsstéierungen huet. Si krute Gewiichter un d´Ärem a missten eng Jus Fläsch ophiewen, fir ze spiere wéi et ass wann d´Äerm sech schwéier spieren an een da Saachen hiewe muss. Et huet ee gesinn, dass Kanner ganz begeeschtert vun deem Atelier waren a super matgeschafft hunn.

Beim drëtten Atelier gong et dorëms d´Hëllefsmëttel vun 3 Behënnerunge kennen ze léieren. D´Schüler hu jee weils 2-3 Biller aus enger Tut gezunn, déi virum Grupp erkläert an dann eent nom aneren op dat Plakat vun der Behënnerung fixéiert wou si gemengt hunn, dass et higehéiert. Zum Schluss hunn ech dunn alles verbessert an hinnen déi richteg Erklärung vun de jee weilegen Hëllefsmëttel ginn. Dësen Atelier ass och ganz gutt bei de Kanner ukomm, si hu fläisseg matgeschafft a woussten deelweis vill Saachen an hate verschidde Saache scho bei anere Leit (z.B. aus der Famill) gesinn. Et hat och all Schüler d´Chance un d´Rei ze kommen.

---

*“Ofschléissend kënnen mir soen, dass den Dag e vollen Erfolleg war an et eis super gefall huet.”*

---

Ofschléissend kënnen mir soen, dass den Dag e vollen Erfolleg war an et eis super gefall huet. Leider ware mir ënner Zäitdruck an et konnten heiansdo net all Schüler beim Rollstull Parcours dru kommen, dofir wäre 5-10 Minutte méi pro Atelier besser gewiescht, mee mir hunn dat Bescht draus gemaach. Mir hoffen, dass d´MSL nach e puer mol déi Méiglechkeet huet vir Schüler aus verschidde Strukturen d´Thema MS an Handicap bäi ze bréngen. Bei dëser Geleeënheet wollte mir dem Octavia Alves Merci soen, dass hatt eis vir deem Dag agelueden hat.

**Sandy, Céline a Marianne**





# GANZHEITLICHE THERAPIE DER MULTIPLEN SKLEROSE

30 JAHRE ERFAHRUNG IN KLINIK UND PRAXIS

Wie komme ich als Internist dazu, über eine ganzheitsmedizinische Therapie der Multiplen Sklerose (MS) zu schreiben? Nach meiner Tätigkeit 1988 als Funktionsoberarzt in der Klinik Lahnhöhe, Lahnstein (Chefärzte Dres. Bruker, die Söhne des „Vollwertpapstes“ Dr. M. O. Bruker) wurde ich 1989 als junger Internist/Naturheilkundler Chefarzt der Asklepiosklinik Dr. Walb in Homberg/Ohm, als Nachfolger des „Trennkostpapstes“ Dr. Walb. Die ganzheitliche MS-Therapie in Lahnstein war leider nur wenig erfolgreich. In der überregionalen Klinik für Ganzheitsmedizin in Homberg hingegen, wurde die MS mit großem Erfolg behandelt.

Durch die damalige „große alte Dame“ der deutschen Ganzheitsmedizin, Dr. Gisela Draczynski, wurden mir Informationen von der „Wiener Schule“ zugänglich gemacht, die damals in Europa in der Ganzheitsmedizin fortschrittlichste universitäre Gruppe. Namen wie Pischinger („System der Grundregulation“), Perger, Kellner und Bergsmann sind den „alten“ Ganzheitsmedizinern vertraut. Durch die Integration dieser Informationen wurde das MS-Therapiekonzept optimiert und 1997 publizierte ich in der „Ärztezeitschrift für Naturheilverfahren“ eine Arbeit über ganzheitliche MS-Therapie [1]. Darauf kamen noch mehr MS-Kranke in die Klinik und später (seit 2002) in meine Praxis nach Marburg.

## Ursachen und Auslöser der MS

Bei der MS handelt es sich um eine immunvermittelte, chronisch entzündliche Erkrankung des Zentralnervensystems [2]. Im Jahr 2015 betrug die Prävalenz der MS in Deutschland etwa 240.000 [3], Tendenz sehr stark zunehmend.

Es gibt verschiedene Theorien über Faktoren, die die Entstehung und den Verlauf der MS beeinflussen können. Hierzu gehören (kindliche) Virusinfektionen, Belastungen mit Schwermetallen, Fehlernährung und Dysbiose der Darmflora, Störung des

Fettstoffwechsels, Mangel an Vitaminen (insbesondere Vitamin D), Mineralien und Spurenelementen, abakterielle und bakterielle Störfelder (besonders im Bereich der Zähne, Nasennebenhöhlen und Tonsillen), Allergien und Unverträglichkeiten, Antibiotika, Stress und Schlafmangel, Vorschädigungen und Vorerkrankungen wie Traumata des ZNS, Umwelteinflüsse, die psychosoziale Problematik, Reizüberflutung und konstitutionelle Faktoren. Mit dem Wissen um diese Einflussfaktoren lassen sich individuelle Therapien erstellen, die der jeweiligen Lage der Patienten gerecht werden.

Dr. Felix Perger fand im MS-Schub erhöhte Werte für Magnesium und erniedrigte Werte für Calcium und Kalium. Die Eosinophilen können im 2. und 4. Schub ansteigen. Diese Veränderungen gibt es im Blut auch ohne Symptome eines MS-Schubes, was von Perger als sogenannter subklinischer Schub gedeutet wurde. In Spätfällen geht diese einformige humorale Reaktion beim Schub in eine humoral vegetative Starre über [4, 5].

Die unbekannt Noxe der MS kann nicht mehr aktiv werden, wenn eine annähernd normale Alarmreaktion unter normalen Bedingungen erreicht wird. Eben diese Normbeantwortung von Schüben ist unser primäres Therapieziel. Die immunsuppressive Therapie wirkt symptomatisch und kann das System der Grundregulation belasten (Abb. 1). Bei der MS Therapie über spezifische Faktoren wird das Grundsystem als die unterste Basis nicht beachtet, welches auf diversen Wegen beeinflussbar ist und oft einformig reagiert. Um unser Therapieziel zu erreichen, nutzen wir Ansätze, die die Funktionen des Grundsystems verbessern, so dass eine Eigenregulation des Körpers wieder ermöglicht wird.

## Therapie der MS

Lebensmittelallergien und Unverträglichkeiten sind zu ermitteln und bei der individuell passenden Ernährung zu berücksichtigen, z. B. im Sinne einer Eliminations-/Rotationsdiät. Eine gesunde



Ernährung mit hohem Frischkostanteil (z. B. die Haysche Trennkost) bildet als Teil der Ordnungstherapie eine entscheidende Basis für die MS-Behandlung. Innerhalb einer Mahlzeit sollen überwiegend eiweißhaltige von überwiegend kohlenhydratreichen Lebensmitteln getrennt werden. Es sollten nur naturbelassene Lebensmittel gegessen werden und davon nur so viel wie nötig. Drei Viertel der Kost sollte aus überwiegend rohen Basenbildnern (Gemüse, Salat, Obst) und nur ein Viertel aus Säurebildnern wie Fleisch oder konzentrierten Kohlenhydraten bestehen. Kokosöl eignet sich zusätzlich besonders gut, da die enthaltenen Fettsäuren als Reservebrennstoff für Nerven- und Herzmuskelzellen genutzt werden können.

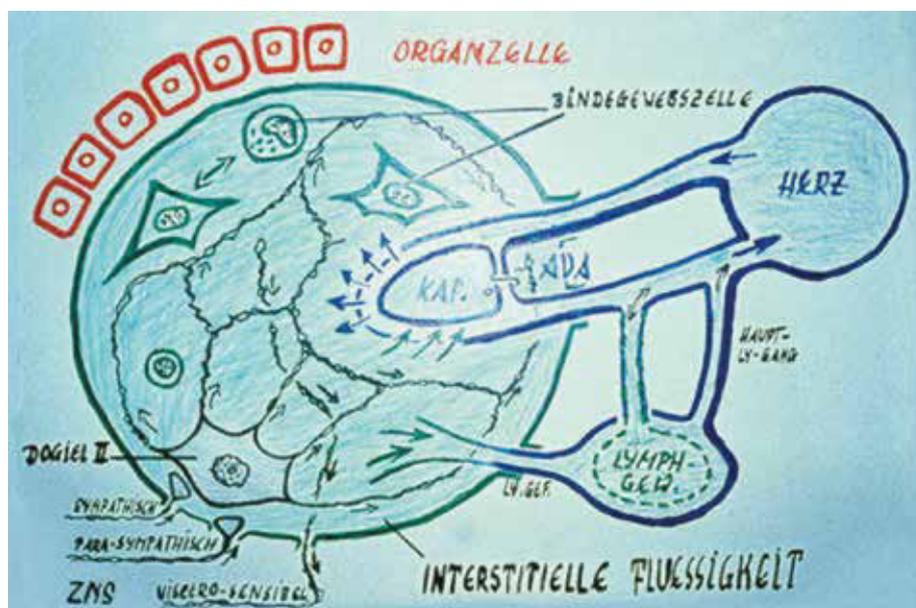


Abb. 1: System der Grundregulation nach Pischinger.

DOGIEL II: Dogiel-Typ-2 Zelle = Multipolare Nervenzellen des enterischen Nervensystems; HAUPT-LY-GANG: Haupt-Lymph-Gang = Ductus thoracicus; LYMPH-GEW.: Lymphatisches Gewebe; AVA: Arterio-Venöse Anastomose; KAP: Kapillare; ZNS: Zentrales Nervensystem

Die Prävalenz der Multiplen Sklerose nimmt mit zunehmender Entfernung vom Äquator zu. Eine Erklärung dafür ist die unterschiedliche Intensität der Sonne und ihr Einfluss auf die Bildung von Vitamin D. Vitamin D moduliert die Aktivität der T- und B-Lymphozyten und spielt deswegen eine entscheidende Rolle bei der MS. In unserer Praxis streben wir bei MS-Patienten einen 25-OHCholecalciferol-Serumspiegel von 60 – 80 ng/ml an, da bis in diesen Bereich eine Reduktion der Schubrate um 50 – 70 % je Erhöhung um 20 ng/ml zu erwarten ist [6].

Im Sinne der orthomolekularen Medizin ergänzen wir unsere Therapie mit der Gabe von Coenzym Q10 in liposomaler Form, Alphaliponsäure, organischem Magnesium, Selen, Vitamin C, Basen wie z. B. Basosyx oder Regulator Köhler, sowie Calcium-EAP (Tab. 1).

Entzündliche Prozesse tragen entscheidend zur Entstehung und dem Voranschreiten der MS bei. Zum Beispiel führen Störfelder, Umwelttoxine, ungesunde Ernährungsgewohnheiten, E-Smog und Stress zu systemischen Entzündungen. Die daraus resultierenden Veränderungen können die Durchlässigkeit der Blut-Hirn-Schranke erhöhen, wodurch Schaumzellen zu den Myelinscheiden gelangen. Schaumzellen stören lokal den Stoffwechsel und begünstigen so das Voranschreiten der MS. Deswegen ist es sinnvoll, die Entzündungen im Körper therapeutisch zu reduzieren, um die Belastung der Myelinscheiden zu senken.

Zu den entzündungshemmenden Mitteln, die wir einsetzen zählen Vitamin E, Weihrauch, Curcumin, Resveratrol, Grüntee Extrakt EGCG, Omega-3-Fettsäuren aus Leinöl, DHA/EPA und Enzyme (Tab. 2).

Eine physiologische Darmflora moduliert entscheidend das Immunsystem. Liegt eine gesundheitsfördernde Darmflora vor, führt vor allem eine ballaststoffreiche Kost dazu, dass diese Bakterien sogenannte kurzkettige Fettsäuren wie Propionat und Butyrat produzieren. Erst vor kurzem hat man herausgefunden, dass genau diese Fettsäuren die Aktivität der Th17-Zellen vermindern können [7]. Th17-Zellen spielen eine wichtige Rolle bei dem entzündlichen Geschehen um die Myelinscheide. Es

liegen Daten vor, die eine Verbindung zwischen einer intestinalen Barriestörung und einer Störung der Blut-Hirn-Schranke, wie sie bei der MS vorkommt, aufzeigen [8]. Deswegen ist die Modulation der Darmflora und die Unterstützung der physiologischen Barrierefunktion der Darmschleimhaut ein essentieller Bestandteil der MS-Therapie. Folgende Faktoren sollten dabei berücksichtigt werden:

1. Individuell richtige Ernährung
2. Abbau krankheitsbegünstigender Darmflora, z. B. durch Kurzzeitfasten
3. Aufbau eines gesunden Darmmilieus und Immunstimulation mit Sauerkrautsaft, Sauer Milch; z. B. ProSymbioflor und vollwertiger Kost
4. Besiedlung mit bzw. Gewöhnung an gewünschte(n) Darmsymbionten (z. B. mit Omniflora, Symbioflor I und II, Mutaflor, Colibiogen, Symbiolact comp.).
5. Nährstoffe für die Darmschleimhaut wie Glutamin, Zink und hypoallergenes Lecithin (Phosphatidylcholin)
6. Um Gärungs- und Fäulnisprozesse zu minimieren ist regelmäßiger Stuhlgang notwendig. Häufig liegt eine Obstipation vor (d. h. weniger als einmal täglich Stuhlgang). Diese kann durch die Gabe von 2 x 1 Essl. Lactulose am Tag behoben werden.

Bei der Elektroneuraldiagnostik nach Croon werden durch die Messung des Hautwiderstandes und der Kapazität an 200 Akupunkturpunkten der Körperoberfläche Schwachstellen und der aktuelle Energiestatus diagnostiziert. Die Elektroneuraltherapie ist eine gezielte schmerzlose Reizstromtherapie an Akupunkturpunkten, die über eine Änderung des Ionenmilieus zu einer Normalisierung des Hautwiderstandes und der Kapazität führt. Energetische Störungen können so ausgeglichen werden, was zu einer Verringerung von Beschwerden führt, die körperliche Leistungsfähigkeit verbessert, seelisch ausgeglichener macht und die Regulation optimiert. „Die Batterie wird wieder aufgeladen.“



Substanz	Präparat	Dosierung/Tag
Vitamin D	Dekristol 20.000, Debora 5.600 I.E.	Tgl. Gabe; Zielwert: 60 – 80 ng/ml Serum 25-OH-Cholecalciferol
Magnesium	Magnesiocard, Magnesium Köhler, Magnerot CLASSIC N	800 – 1.200 mg elementares Mg (organisch besser als anorganisch)
Calcium, Kalium, Magnesium	Basosyx, Regulator Köhler	Individuell
Zink	Zinkorotat-POS, Unizink 50	ca. 40 mg
Selen	Cefasel 200 nutri, Uniselen 200	200 µg
Lactulose	Lactulose Hexal, Lactulose Ratiopharm	2 x 1 Essl.
Coenzym Q10	Cu vital Liposomal 100, Quinomit Q10	≥ 100 mg
Alphaliponsäure	Unilipon 600, Alpha-Lipon AL 600	1.200 mg
Calcium-Ethyl-Amino-Phosphat	Calcium EAP	1.050 mg

Tab. 1: Orthomolekulare Substanzen in der MS-Therapie

Substanz	Präparat	Dosierung / Tag
Omega 3 Fettsäuren (EPA, DHA)	San Omega-3 Total, Omega-3 Loges plus	2.000 mg
Curcumin in Mizellen-Form	Curcumin-Loges, Curcusol Köhler	70 mg
Weihrauchpulver	Mantra Weihrauch 400, Weihrauch-Köhler	1.200 mg
Vitamin E (α-Tocopherol)	Mowivit 600	600 I.U.
Enzyme (Bromelain, Papain, Pankreatin, Rutin)	Karazym, Wobenzym	450 mg, 480 mg, 100 mg, 200 mg

Tab. 2: Entzündungshemmende Substanzen in der MS-Therapie

Bei der Neuraltherapie nach Huneke injizieren wir in unserer Praxis Procain 1 % zur Segmenttherapie, Störfeldtherapie und an Akupunkturpunkte. Bei der Behandlung der MS haben sich folgende Punkte bzw. Regionen als besonders effektiv erwiesen: LG 20, LWS, Gb 34 und Ma 36 bei Gangunsicherheit; LG 20, Gb 1 bds., obere HWS und die Leberregion bei Augenbeschwerden; Bl 22 –24 (Nierenlager), Unterbauch, Sacrum und Ni 3 bei Miktionsbeschwerden. Bei der Störfeldtherapie ist der Zahn-Kiefer-Bereich von herausragender Bedeutung. Die Weisheitszähne bzw. die Narben nach Extraktion der Weisheitszähne wirken auf das ZNS, die Psyche, die HWS etc. Weitere häufige Störfelder sind (latente) chronische Sinusitiden. CAVE: Gerade bei der MS ist es wichtig, die Neuraltherapie maßvoll einzusetzen, um die Patienten nicht mit der Therapie zu überfordern.

Bei uns hat sich die Therapie mit den vitOrgan Präparaten Nr. 96 NeyTroph und Nr. 69 NeyFoc sehr bewährt. Diese zytoplasmatische Therapie mit homöopathisch aufbereiteten Zellbestandteilen regeneriert das Gehirn und Rückenmark, soweit die Funktion nur gestört und nicht das Gewebe zerstört ist. Da beide Präparate sowohl fetaler als auch juveniler Herkunft sind, bewirken sie eine Tendenz zur Normalisierung der pathologischen Immunantwort.

In 30 Jahren Erfahrung mit der ganzheitlichen Behandlung von MS-Patienten habe ich sehr viele MS-Schübe erlebt, bei denen psychischer Stress eine wesentliche Rolle gespielt hat.

Wir setzen u. a. die Ohrakupunktur und die Neuraltherapie (Schilddrüse, LG 20, Ma 36) ein, um die Patienten beim Entspannen zu unterstützen. Die Patienten sollen lernen Stress zu minimieren und effektiv zu entspannen, z. B. mit Meditation.

## Therapie bei Schüben und die Schutzbehandlung

Im Falle eines leichten Schubes geben wir 1 Amp. Calcium 10 % in 250 ml Jonosteril, Vitamin C 7,5 g in 100 ml 0,9 %iger Kochsalzlösung, 1 Amp. Neurop (Vitamin B Komplex i.m.), 1 Amp. Engystol (s.c. oder i.m.), 1 Amp. Tavegil oder Fenistil i.v. bzw. stattdessen zum Einnehmen nach der Heimfahrt 1 Tbl. eines Antihistaminikums wie Loratadin oder Cetirizin.

Im Falle eines schweren Schubes geben wir 5 ml Beriglobin i.m., 1mg Synacthen Depot i.m., und 1 Amp. Neurop i.m. Wiederholung dieser Injektionen nach 48 Stunden. Nach weiteren 48 Std. Beriglobin 2 ml i.m., Synacthen Depot 0,5 ml i.m. und 1 Amp. Neurop i.m. Ggf. wiederholen wir diese Injektionen nach weiteren 48 Stunden.

Synacthen ähnelt dem körpereigenen Signalmolekül ACTH (Adrenocorticotropes Hormon). Synacthen Depot steigert also die körpereigene Produktion und Ausschüttung von Cortisol in physiologischen Dosen. Der Effekt ist ähnlich der Therapie mit Cortison, jedoch werden nicht so hohe pharmakologische Blutspiegel erreicht. Damit war es häufiger möglich, einen Schub ohne die Gabe von Cortison abzufangen. Antiallergika lassen das entzündliche Ödem abziehen. Cortison tut dies auch, jedoch mit einem stärkeren Effekt.

Bei geplanten Operationen führen wir eine Schutzbehandlung bei MS-Patienten durch, um dem Körper zu helfen die Belastung gut auszuregulieren:

1. Am Tag vor der Operation und am Tag der Operation: Schutzinfusion mit 1 Amp. Calcium 10 % in 250 ml Jonosteril, dann Vitamin C 7,5 g in 100 ml NaCl 0,9 %, dann 1 Amp. Neurop i.m., 1 Amp. Tavegil i. v. und oral 2 x 1 Btl. Kalium Verla Granulat.
2. An den Tagen nach der Operation morgens 1 Infusion wie unter Punkt 1, abends 1 Amp. Calcium 10% i.v. und 1 Amp. Tavegil i.v. oder ein Antihistaminikum oral.
3. Wenn ein Schub auftritt anstelle des Calciums und Tavegil, 1 Amp. Synacthen Depot, diese jedoch nur i.m.!

Bei MS-Patienten ist der richtige Zeitpunkt für eine Operation entscheidend: Eine Operation sollte frühestens 3 Monate nach dem letzten Schub durchgeführt werden. Zwischen verschiedenen Operationen sollten mindestens 3 Wochen Pause liegen (lieber ein paar Tage mehr), damit der Organismus sich vom vorhergegangenen Eingriff erholen kann und wieder in

