

# neuehorizonte

Journal der Österreichischen MS-Gesellschaft

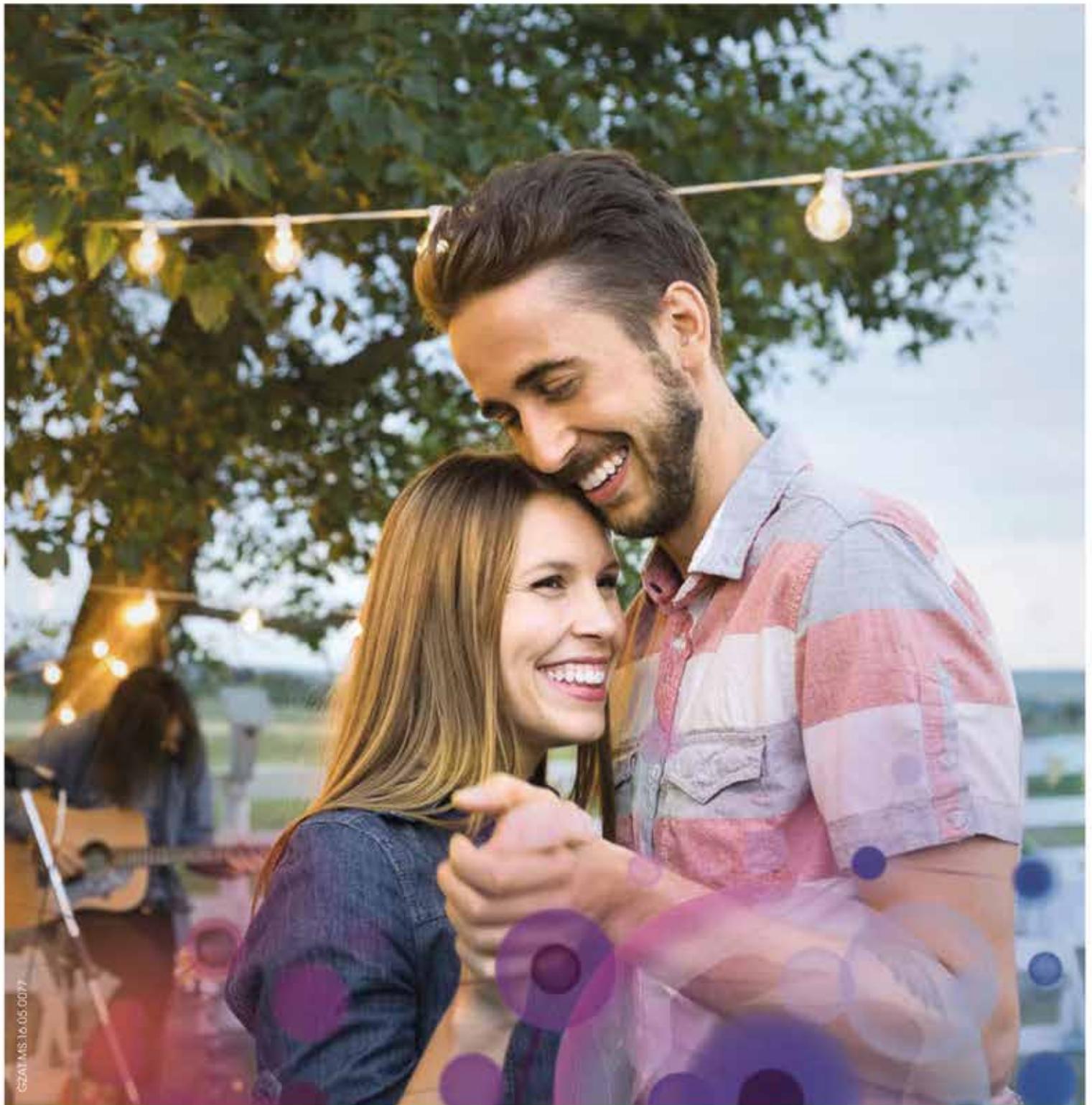
Ausgabe 1/2020 • Nr. 192  
55. Jahrgang • 2,50 Euro

## Corona: Was Sie jetzt wissen müssen

Diese Bundesländer  
stellen sich vor:



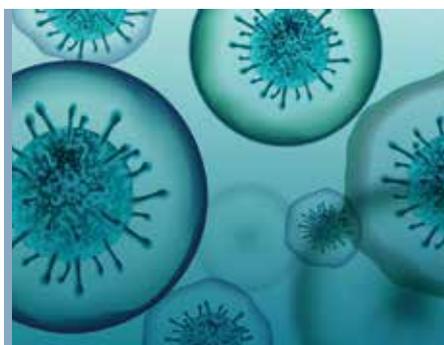
P.b.b. GZ 02Z033132M, MedMedia Verlag und Mediaservice GmbH, Seidengasse 9/Top 1.1, 1070 Wien



©ZAVI/MS: 16.05.00077

FREIHEIT GEWINNEN FÜR DIE WICHTIGEN  
MOMENTE IM LEBEN.

Wir forschen an innovativen Therapien bei MS.



Seite 06 – Corona und MS



Seite 16 – ÖGK: was sich ändert



Seite 24 – Frauen voran!

## editorial

- 05** Vorwort

## medizin

- 06** Corona: Was Sie jetzt wissen müssen  
**10** Cochrane-Studie: Für eine fundierte Entscheidungsfindung brauchen MS-Patienten Informationen

## soziales

- 13** Mit dem „grossen Bruder“ bisher unzugängliche Orte entdecken  
**14** ARAS – die „Turbosteuerung“ in unserem Gehirn  
**16** Österreichische Gesundheitskasse – was sich für chronisch Kranke ändert  
**19** Harnwegsinfekte bei Multipler Sklerose  
**20** Welche Zielsetzungen verfolgen unsere Vertreterinnen im Parlament?  
**24** Kompetenzteam Frauen des Behindertenrates

## bundesländer

- 25** vorarlberg stellt sich vor  
**26** oberösterreich Dreikönigslauf in Schildorn

## adressen

- 27** MS-Clubs und -Selbsthilfegruppen  
**31** MS-Landesgesellschaften

## 30 Impressum

Die Anschrift der Redaktion von „neue **horizonte**“ lautet:

MedMedia Verlag und Mediaservice GmbH, Seidengasse 9/Top 1.1, 1070 Wien  
 Tel.: 01 407 31 11-20, E-Mail: f.maierhofer@medmedia.at

**Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 15. 5. 2020.**

# Hallo, ich bin Cleo.

Die App, die dir hilft, deinen Alltag mit MS zu meistern.



Maßgeschneiderte Inhalte wie Tipps, Inspiration und Aktuelles über das Leben mit MS.



Kontakt zu einem MS-Coach, der dir Fragen zur MS beantwortet und dir zur Seite steht.



Ein persönliches Tagebuch, mit dem du deine Gesundheit im Blick behältst.



Trainingsprogramme, entwickelt von Experten.



Verfügbar für iOS und Android.  
Mehr erfahren: [www.cleo-app.at](http://www.cleo-app.at)

Biogen-32133

Entgeltliche Einschaltung



## FÜR EINEN ERFOLGREICHEN START IN DIE THERAPIE: DAS MS NURSE SERVICE PATIENTENBEGLEITPROGRAMM

Jede Therapie ist mit vielen Fragen verbunden. Das **MS Nurse Service Patientenbegleitprogramm** bietet Ihnen eine längerfristige Unterstützung zu Ihrer Therapie an:

- Persönliche und kompetente telefonische Betreuung durch Ihren festen Ansprechpartner
- Individuelle Unterstützung, abgestimmt auf Ihre aktuelle Situation und Ihre Bedürfnisse
- Informationen und Hilfestellung zur Anwendung Ihrer MS-Therapie
- Allgemeine Fragen zur MS
- Servicematerialien
- Auf Wunsch Besuch zur Einweisung ein- bis zweimal bei Ihnen zu Hause

Fragen Sie Ihren Neurologen nach dem MS Nurse Service, er hilft Ihnen gerne weiter.

Unser kompetentes Team steht Ihnen bei Fragen, Unsicherheiten, Ängsten oder Problemen mit Rat und Tat zu Seite:

**00800 101 141 42**

Kostenfrei | Mo–Fr von 8.00–18.00 Uhr  
E-Mail: [MS.NURSESERVICE@ashfieldhealthcare.com](mailto:MS.NURSESERVICE@ashfieldhealthcare.com)

**MS Nurse Service**  
BERATUNG ■ ERFAHRUNG ■ BETREUUNG  
Ein Service von Ashfield und Biogen Austria GmbH

Biogen-13203, Informationsstand April 2019



Marlene Schmid

### Liebe Leserin, lieber Leser,

haben Sie schon Erfahrungen mit der neuen Österreichischen Gesundheitskasse gemacht? Diese ersetzt ja seit 1. 1. 2020 sämtliche Gebietskrankenkassen. Unter anderem soll die integrierte Versorgung chronisch kranker Menschen dadurch verbessert werden. Was das jetzt in der Praxis genau bedeutet, erfahren Sie im ausführlichen Artikel von Kerstin Huber-Eibl. Außerdem hat sie sich dem Thema Information für MS-Betroffene gewidmet und eine Cochrane-Studie dazu für Sie zusammengefasst.

Frauen auf Podien sind selten, Frauen mit Behinderung noch viel mehr. Das muss sich ändern. Der Behindertenrat hat daher Anfang 2019 das „Kompetenzteam (KT) Frauen“ gegründet. Die Botschaft: **Frauen können was**. Das kann ich nur unterschreiben. Mehr dazu im Artikel von Karin Chladek.

Ganz besonders dem Thema Behinderung verschrieben haben sich auch die Behindertensprecherinnen im Nationalrat. Tatsächlich sind die Sprecherinnen aller fünf Parteien Frauen. Was sie in den nächsten Jahren für Menschen mit Behinderungen auf der politischen Ebene erreichen wollen, erfahren Sie ebenfalls in dieser Ausgabe.

Wohin kann man sich als MS-Betroffener in Vorarlberg wenden, wenn man Rat und Unterstützung benötigt? Auch das steht in der aktuellen Ausgabe der „neue horizonte“.

Außerdem finden Sie dort Selbsthilfegruppen-Adressen in ganz Österreich. Nützen Sie sie!

Eine spannende und informative Lektüre wünscht Ihnen Ihre

Marlene Schmid

*ÖMSG-Vizepräsidentin, Obfraustellvertreterin und Patientenbeirätin  
der Multiple Sklerose Gesellschaft Tirol*

## ÖMSG-Dachverband



### Österreichische Multiple Sklerose Gesellschaft

Währinger Gürtel 18–20 • Postfach 19 • 1097 Wien  
Telefon: 0800 31 13 40 • E-Mail: [office@oemsg.at](mailto:office@oemsg.at)

Besuchen Sie unsere Website: [www.oemsg.at](http://www.oemsg.at)

## Corona und Multiple Sklerose

# Was Sie jetzt wissen müssen

Das neuartige Coronavirus (SARS-CoV-2) ruft die Erkrankung COVID-19 hervor. Was bedeutet das für Menschen mit Multipler Sklerose?

Da es sich um eine neue Erkrankung handelt, beruhen viele Informationen nicht auf wissenschaftlich fundierten Studienergebnissen, sondern stellen Meinungen von Expertinnen und Experten dar und wurden teilweise in Analogie zu anderen Viruserkrankungen abgeleitet.

### Allgemeine Information

Das neuartige Coronavirus (auch SARS-CoV-2) wird nach heutigem Wissensstand über Tröpfchen übertragen. Dies erfolgt hauptsächlich über Niesen, Husten und direkten Körperkontakt, aber auch durch Berühren von Gegenständen, die mit einer infizierten Person in Kontakt waren.

Das bedeutet, dass der beste Schutz vor einer Infektion und Übertragung durch die Einhaltung folgender Maßnahmen verstärkt wird:

- regelmäßiges und häufiges Händewaschen
- > 1 Meter Abstand von Personen halten, die niesen und/oder husten
- Händeschütteln vermeiden
- Sozialkontakte auf ein notwendiges Minimum beschränken
- Meiden großer Menschenansammlungen in ge-

schlossenen Räumen

- Auch Veranstaltungen oder Treffen von Selbsthilfegruppen und MS-Gesellschaften sollten bis auf Weiteres abgesagt werden.
- Nur zu Hause zu sitzen ist hingegen nicht empfehlenswert, da vor allem in geheizten Räumen Ihre Schleimhäute austrocknen, was Sie generell empfänglicher für jede Art von Infektion macht. Gehen Sie daher regelmäßig an der frischen Luft spazieren!

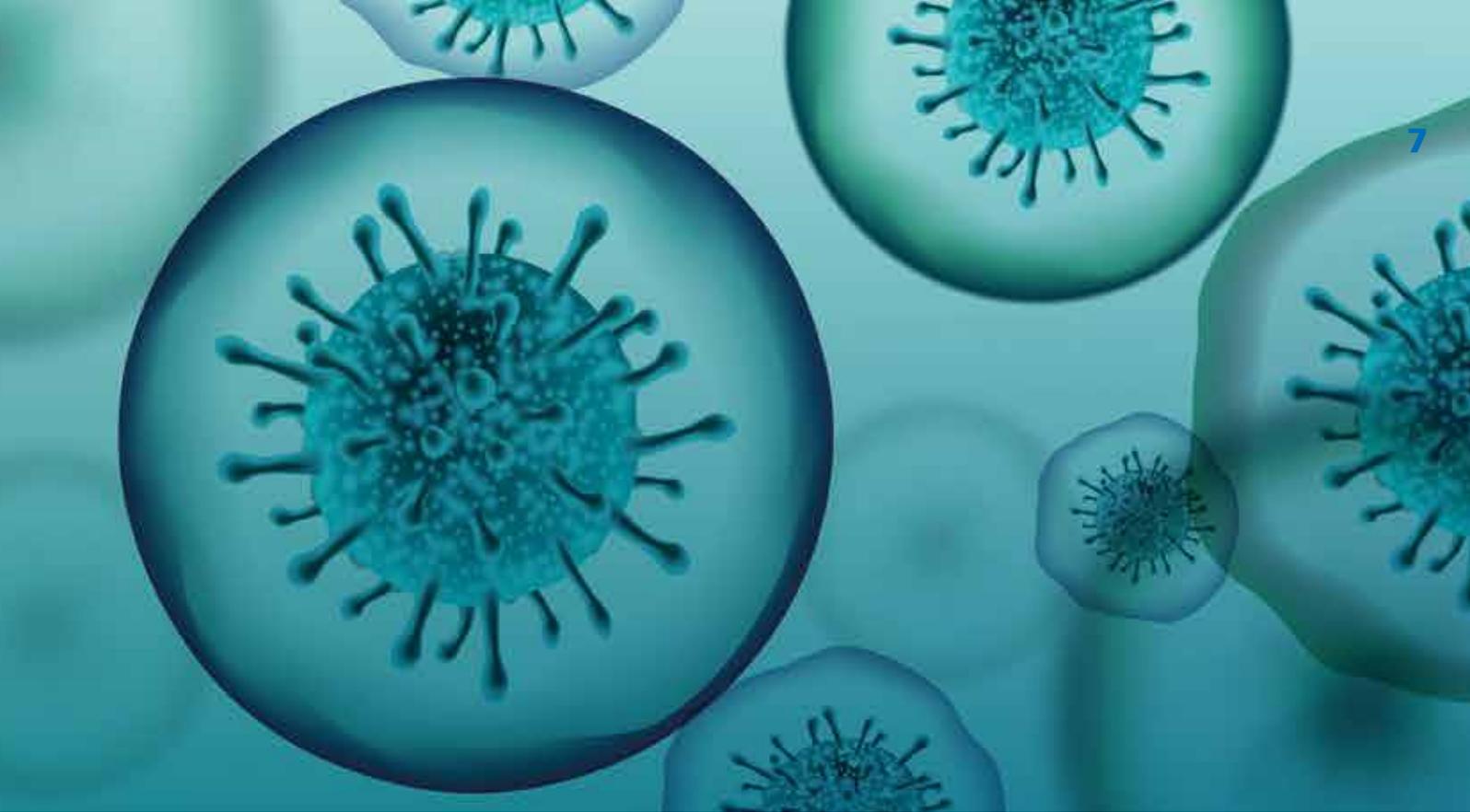
### Habe ich aufgrund meiner MS ein erhöhtes Infektionsrisiko?

Die Tatsache, dass Sie MS haben, stellt kein erhöhtes Risiko für eine Infektion dar.

Personen, die aufgrund der MS in ihrer Beweglichkeit stark eingeschränkt sind (das sind jene, die ausschließlich im Rollstuhl mobil oder gar bettlägerig sind), haben ebenfalls kein erhöhtes Risiko, sich zu infizieren. Allerdings ist bei diesen Personen das Risiko erhöht, dass eine Infektion in einem schwerwiegenden Krankheitsverlauf mündet.

### Was mache ich, wenn ein Schub auftritt?

Üblicherweise erhalten Sie im Rahmen eines Schubes



eine Kortisonstoßtherapie. Eine solche könnte Ihre Abwehrkraft vorübergehend schwächen und das Auftreten einer Infektion begünstigen. Sprechen Sie in diesem Fall mit Ihrer Neurologin bzw. Ihrem Neurologen. Bestehen nur geringe Beschwerden, könnte mit der Kortisonstoßtherapie vorerst noch zugewartet werden. Sind die Beschwerden eines Schubes hingegen beeinträchtigend, sollten Sie eine Kortisonstoßtherapie erhalten. In diesem Fall sollten Sie aber für einige Wochen besonders auf die oben angeführten allgemeinen Verhaltensmaßnahmen achten und gegebenenfalls auch mit Ihrer Neurologin bzw. Ihrem Neurologen über die Möglichkeit einer krankheitsbedingten Freistellung von beruflichen Tätigkeiten sprechen.

### Soll ich meinen Kontrolltermin wahrnehmen?

In Ordinationen – und noch viel mehr in Spitalsambulanzen – besteht ein erhöhtes Infektionsrisiko, da sich dort naturgemäß viele Menschen auf engem Raum aufhalten und natürlich auch die Wahrscheinlichkeit höher ist, auf eine infizierte Person zu treffen. Daher sollten Besuche dort – ebenso wie andere Sozialkontakte – auf ein Mindestmaß reduziert werden.

Es gilt hier, verschiedene Szenarien zu unterscheiden:

### **Mir geht es gut, ich habe keinen speziellen Bedarf und will lediglich meinen schon länger geplanten Ambulanztermin wahrnehmen:**

In diesem Fall bleiben Sie zu Hause und holen die Kontrolle nach Abklingen der Pandemie nach.

### **Mir geht es gut, ich brauche allerdings ein neues (Dauer-)Rezept für meine Immuntherapie:**

In diesem Fall nehmen Sie bitte mit Ihrer Neurologin bzw. Ihrem Neurologen Kontakt auf, um nachzufragen, ob das Rezept aufgrund der besonderen Ereignisse nicht auch auf dem Postweg zugestellt werden kann.

### **Ihr Termin dient der Verabreichung einer Immuntherapie in regelmäßigen Abständen:**

Die Dringlichkeit, aber auch das eventuelle Risiko der Verabreichung ist vom jeweiligen Präparat abhängig (siehe dazu auch „Muss ich meine Immuntherapie pausieren?“). Die Verabreichung von Tysabri® scheint mit keinem besonderen Risiko assoziiert zu sein, gleichzeitig sollten hier lange Therapiepausen prinzipiell vermieden werden. Kontaktieren Sie in diesem Fall aber trotzdem Ihre Neurologin bzw. Ihren Neuro- ▶

logen, um abzuklären, ob dort spezielle Vorkehrungen für die Verabreichung getroffen wurden (z. B. Terminverschiebungen, um die Besucherfrequenz zu reduzieren etc.). Bei den anderen Immuntherapien, die in längerem Abstand verabreicht werden, kontaktieren Sie bitte Ihre Neurologin bzw. Ihren Neurologen, um zu besprechen, ob diese Therapie nicht verschoben werden soll.

### **Routinemäßige MRT-Verlaufskontrollen können und sollten auf einen späteren Zeitpunkt verschoben werden.**

Wenn Sie einen Schub haben, der eine relevante Beeinträchtigung verursacht, kontaktieren Sie Ihre Neurologin bzw. Ihren Neurologen, um den besten Zeitpunkt für die Verabreichung einer Kortisonstoßtherapie abzusprechen (idealerweise sollten Sie zu Tagesrandzeiten kommen, um mit möglichst wenigen anderen Patientinnen und Patienten in Kontakt zu kommen).

### **Muss ich meine Immuntherapie pausieren?**

Hier gilt es zunächst prinzipiell zwischen dem Risiko abzuwägen, sich aufgrund einer laufenden Immuntherapie mit dem Coronavirus anzustecken, und dem Risiko, durch eine (zeitlich derzeit nicht absehbare) Therapiepause eine Reaktivierung Ihrer MS zu provozieren. Der zweite Aspekt betrifft die Frage, ob Sie nach einer bereits eingetretenen Infektion mit dem Coronavirus die Therapie pausieren sollen.

### **Avonex®, Betaferon®, Plegridy®, Rebif®**

Für den Fall, dass Sie eine solche Therapie erhalten, besteht im Vergleich zu gesunden Personen keine erhöhte Gefahr. Ein vorsorgliches Pausieren oder Absetzen im Fall einer Infektion ist nicht notwendig.

### **Aubagio®, Tecfidera®**

Auch bei diesen Therapien besteht wahrscheinlich

kein Risiko. Eine Ausnahme stellen aber möglicherweise jene Personen dar, bei denen die weißen Blutkörperchen als Folge der Therapie sehr niedrig sind. In diesem Fall sollten Sie mit Ihrer Neurologin bzw. Ihrem Neurologen eine Therapiepause besprechen, wenn Sie **nachweislich** mit dem Coronavirus infiziert sind. Ein vorsorgliches Absetzen zum Schutz vor einer Infektion ist aber auch bei diesen Personen nicht empfehlenswert.

### **Tysabri®**

Diese Therapie kann fortgeführt werden. Im Fall eines fieberhaften Infektes soll jedoch eine bereits geplante Infusion verschoben werden, bis die Krankheitssymptome verschwunden sind.

### **Gilenya®, Mayzent®**

Unter diesen Therapien besteht ein leicht erhöhtes Infektionsrisiko – vor allem für Atemwegserkrankungen, die typischerweise auch bei der Coronaviruserkrankung auftreten. Trotzdem soll eine laufende Therapie nicht pausiert werden, da nach einer Pause von über 8 Wochen das Risiko eines (unter Umständen schweren) Schubes erhöht ist und in der derzeitigen Situation nicht abgeschätzt werden kann, wie lange die Coronapandemie andauern wird.

Im Fall einer nachgewiesenen Coronainfektion sprechen Sie mit Ihrer Neurologin bzw. Ihrem Neurologen über das vorübergehende Pausieren der Therapie, bis die Krankheitssymptome abgeklungen sind. Bitte beachten Sie in diesem Fall, dass nach einer Pause von mehr als 2 Wochen erneut eine Überwachung wie bei der seinerzeitigen erstmaligen Verabreichung erforderlich ist.

Ist bei Ihnen in den kommenden Wochen eine Neueinstellung auf Gilenya® oder Mayzent® geplant, sprechen Sie mit Ihrer Neurologin bzw. Ihrem Neurologen über eine Verschiebung des Therapiebeginns.

## Lemtrada®, Mavenclad®, Ocrevus®, Rituximab®

Die Wirkung dieser Therapien beruht u. a. auf einer Reduktion weißer Blutkörperchen, die aber individuell sehr unterschiedlich ausfallen kann. Prinzipiell ist die Infektionsgefahr vor allem in den ersten 4 Wochen nach der Einnahme wahrscheinlich erhöht. Danach sinkt das Risiko wieder kontinuierlich ab, genauere Informationen kann ein aktuelles Blutbild geben.

Da diese Therapien nicht kontinuierlich, sondern in großen Abständen gegeben werden, stellt sich die Frage nach einem vorsorglichen Pausieren nicht.

Sollte bei Ihnen in den kommenden Wochen ein neuer Therapiezyklus anstehen, sollten Sie mit Ihrer Neurologin bzw. Ihrem Neurologen sprechen, ob ein kurzfris-

tiges Verschieben möglich wäre. Eine Verschiebung um 4 bis 8 Wochen sollte bei diesen Therapien das Risiko einer Krankheitsreaktivierung nicht relevant erhöhen. In 4 bis 8 Wochen wird man aber besser abschätzen können, wie sich die Lage entwickelt und gegebenenfalls auch dann mit einem weiteren Zyklus fortfahren können.

## Studienmedikamente

Sollten Sie ein Medikament im Rahmen einer klinischen Studie erhalten, wenden Sie sich bitte an Ihre zuständige Neurologin bzw. Ihren Neurologen. ■

---

Diese Information wurde am 13. 3. 2020 von Univ.-Prof. Dr. Fritz Leutmezer erstellt.



# MS-Hotline

0800 311 340

Österreichische  
Multiple Sklerose  
Gesellschaft **MS**

## Cochrane-Studie

# Für eine fundierte Entscheidungsfindung brauchen MS-Patienten Informationen

Ein Cochrane-Review untersuchte die Studienlage hinsichtlich der Fragen, ob Menschen mit Multipler Sklerose (MS) ausreichend über ihre Erkrankung informiert sind und welche Effekte Interventionen zur Informationsbereitstellung für Menschen mit MS haben.

**M**enschen mit Multipler Sklerose (MS) sind in allen Phasen der Erkrankung mit Unsicherheit konfrontiert. Die Bedeutung einer Diagnose für den künftigen Krankheitsverlauf bleibt beispielsweise unklar, da bei bis zu einem Drittel der Menschen ein gutartiger Krankheitsverlauf mit geringem oder gar keinem Fortschreiten der Behinderung vorliegt. Unsicherheit besteht auch in Bezug auf die Wirkungen und Nebenwirkungen medikamentöser und nichtmedikamentöser Therapien.

Von Multipler Sklerose betroffene Menschen haben den Wunsch, aber auch das Recht, genaue, aktuelle und relevante Informationen zu erhalten, um fundierte Entscheidungen zu allen krankheitsrelevanten sowie zu persönlichen Aspekten der Lebensplanung treffen zu können. Voraussetzung dafür ist ausgewogene Information.

## Hintergrund

**Multiple Sklerose (MS)** ist eine entzündliche und degenerative Erkrankung des Zentralnervensystems, die zur Schädigung von Myelin und Axonen führt. Sie beginnt meist im frühen Erwachsenenalter, typischerwei-

se im dritten Jahrzehnt (*Reich, 2018*). Die Prävalenzraten variieren zwischen den geografischen Gebieten, wobei die höchsten Raten für Nordeuropa, Nordamerika und Australien bei 120 bis 180 pro 100.000 Personen liegen (*Multiple Sclerosis International Federation, 2013*). Bei den meisten Menschen ist der frühe Krankheitsverlauf durch eine Entzündung gekennzeichnet, die zu Rückfällen führt, also zu Episoden einer neurologischen Funktionsstörung, die sich normalerweise teilweise oder vollständig zurückbilden.

Rückfälle können zu einer Reihe klinischer Symptome führen, die von leichten sensorischen Störungen bis hin zu schweren Symptomen reichen. Mit der Zeit scheint Neurodegeneration jedoch wichtiger zu sein als Entzündung, was zu einem Fortschreiten der Behinderung führt.

Etwa 10–15 % der Menschen mit MS haben eine primär progressive Form. Da die Ursache und die Mechanismen der Krankheit größtenteils ungeklärt sind (*Compston, 2008*), bleibt die Unsicherheit ein konstantes Merkmal der Krankheit (*Heesen, 2011; NCC-CC, 2004*). Die einzelnen Krankheitsverläufe und -progno-

sen sind unterschiedlich und schwer vorhersehbar. Etwa ein Drittel der Betroffenen erlebt einen „harmlosen“ Verlauf (Degenhardt, 2009; Ramsaransing, 2006).

**Prognostische Informationen** sind ein komplexes Thema, und der Informationsbedarf von Menschen mit MS wird in dieser Hinsicht selten gedeckt (Dennison, 2016; Dennison, 2018). Eine zunehmende Anzahl von so genannten verlaufsmodifizierenden Therapien (*Disease-Modifying Drugs*, kurz *DMD*) wurde für ein klinisch isoliertes Syndrom, rezidivierende, sekundär progressive und kürzlich auch für primär progressive MS zugelassen, um die Rezidivrate und das langsame Fortschreiten der Krankheit zu reduzieren (Montalban, 2018; Tramacere, 2015). Bisher sind Interventionen jedoch nur teilweise wirksam, und die langfristigen Auswirkungen sind unklar. Darüber hinaus sind verlaufsmodifizierende Therapien teuer und haben nachteilige Auswirkungen auf die Therapietreue. Die Wirksamkeit von verlaufsmodifizierenden Therapien bei fortschreitenden Krankheitsverläufen ist weitgehend unbekannt. Angesichts der in letzter Zeit zugelassenen und künftig auftretenden verlaufsmodifizierenden Therapien und damit der rasch zunehmenden Komplexität der Behandlungsoptionen wird die Verfügbarkeit gut entwickelter, unvoreingenommener und aktueller Informationen zunehmend erforderlich, um eine fundierte Behandlungsauswahl zu ermöglichen.

**Rezidivtherapien:** Abgesehen von der Entscheidung für eine verlaufsmodifizierende Therapie müssen Menschen mit rezidivierender MS Entscheidungen über Rezidivtherapien treffen, bei denen die Auswahlmöglichkeiten von hochdosierten intravenösen oder oralen Steroiden bis zu einer abwartenden Haltung reichen.

**Ein Ansatz der „harten und frühen“ Behandlung** wird trotz der begrenzten Spezifität diagnostischer Tests

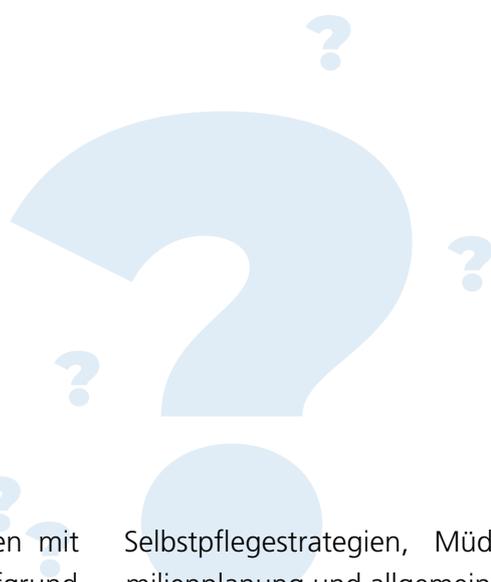
bei MS zunehmend von Experten sowie den pharmazeutischen Akteuren gefördert (Freedman, 2009; Montalban, 2018). Dies kann zu Überdiagnosen und Überbehandlungen führen (Schäffler, 2011; Whiting, 2006).

**Diese vielfältigen Unsicherheiten** stellen eine Herausforderung für den medizinischen Entscheidungsprozess zwischen Menschen mit MS und ihren Gesundheitsdienstleistern dar. 2004 wurde in Europa gezeigt, dass die meisten MS-Betroffenen eine autonome Rolle bei der Entscheidungsfindung einnehmen (Heesen, 2004). Dies wurde in den USA von Cofield 2017 bestätigt. Insbesondere, obwohl kulturelle Unterschiede bei den Rollenpräferenzen festgestellt wurden (Giordano, 2008), gilt die Notwendigkeit der Information auch für Menschen mit MS, die eine passive Entscheidungsrolle bevorzugen. Dies steht im Gegensatz zu den geringen Kenntnissen über Krankheiten bei Menschen mit MS. In mehreren Studien wurden Kommunikations- und Informationsdefizite bei der Versorgung von Menschen mit MS sowie Unterschiede zwischen Betroffenen und Ärzten in Bezug auf die Wahrnehmung der Schwere der Erkrankung beschrieben.

*Die Leitlinien für das Multiple-Sklerose-Management haben daher die Notwendigkeit einer ausgewogenen Information und Beteiligung der Betroffenen an der Entscheidungsfindung bei MS anerkannt (Montalban, 2018; NCC-CC, 2004).*

*2007 veröffentlichte die Europäische Union einen „Verhaltenskodex“ zu den Rechten von Menschen mit MS (EMSP, 2007), in dem die Bereitstellung klarer und präziser Informationen von hoher Qualität ab der Diagnose gefordert wird, um Menschen mit MS die Möglichkeit zu geben, so weit wie möglich selbstbestimmt zu handeln.*

**Entscheidungskompetenzen von Menschen mit MS:** Eine Reihe von Studien befasste sich mit ▶



den Entscheidungskompetenzen von Menschen mit MS, von denen einige diese Kompetenzen aufgrund von kognitiven Beeinträchtigungen in Frage stellen (Farez, 2014; Neuhaus, 2018). Eine kürzlich durchgeführte systematische Überprüfung des Risikoverständnisses von Menschen mit MS ergab eine Unterschätzung der Risiken und eine Überschätzung der Behandlungseffekte sowie anscheinend unzureichende Methoden zur Bereitstellung von Informationen über Risiken und Nutzen von DMD (Reen, 2017a).

Neuere randomisierte kontrollierte Studien (RCT) zur Übermittlung von Risikoinformationen sind jedoch ermutigend (Kasper, 2017; Rahn, 2016). Darüber hinaus zeigte eine deutsche Studie, dass die Rechenkompetenzen von Menschen mit MS einer gesunden Bevölkerung (und einem insgesamt niedrigen Niveau) ähnlich sind (Gaissmaier, 2018). Schließlich sind keine Daten zu den Informationsbedürfnissen von Vertretern von MS-Betroffenen mit schweren kognitiven Beeinträchtigungen oder Demenz verfügbar.

## Ergebnisse

Um die Frage nach dem Informationsstand von MS-Betroffenen zu beantworten, hat das Cochrane-Team im November 2017 nach relevanten Studien in der medizinischen Literatur gesucht und konnte 11 Studien mit insgesamt 1.387 Teilnehmenden identifizieren.

In den Studien wurden verschiedene Ansätze bewertet – unter anderem die Zurverfügungstellung von schriftlichen Informationen oder Entscheidungshilfen, Coaching, Bildungsprogrammen und persönlichen Informationen. Die Qualität der Studienmethoden war sehr unterschiedlich. Zu den Themen gehörten krankheitsmodifizierende Therapie, Rückfallmanagement,

Selbstpflegestrategien, Müdigkeitsmanagement, Familienplanung und allgemeine Gesundheitsförderung.

Fünf Studien, in denen der Wissensstand bewertet wurde, zeigten, dass Informationen das Wissen der Betroffenen erfolgreich erweitern können (Beweise mit mäßiger Sicherheit). Fünf Studien, die über die Auswirkungen auf die Entscheidungsfindung berichteten (Evidenz mit geringer Sicherheit), und sechs Studien, welche die Lebensqualität bewerteten (Evidenz mit geringer Sicherheit), zeigten gemischte Ergebnisse. Da sich die verwendeten Studien und Interventionen deutlich unterschieden und die Evidenzsicherheit für die Ergebnisse nicht hoch war, kann keine klare Schlussfolgerung über die Wirksamkeit von Interventionen zur Informationsbereitstellung für Menschen mit MS getroffen werden.

## Schlussfolgerungen

Die Bereitstellung von Informationen für Menschen mit Multipler Sklerose scheint das Wissen über Krankheiten zu erweitern, wobei die Ergebnisse in Bezug auf Entscheidungsfindung und Lebensqualität weniger eindeutig sind. Die eingeschlossenen Studien berichteten in dieser Übersicht über keine negativen Nebenwirkungen bei der Bereitstellung von krankheitsrelevanten Informationen für Menschen mit MS. Die Interpretation der Studienergebnisse bleibt aufgrund der ausgeprägten Heterogenität der Interventionen und Ergebnismaße schwierig. ■

Autorin: Kerstin Huber-Eibl

Sascha Köpke, Alessandra Solari, Anne Rahn, Fary Khan, Christoph Heesen und Andrea Giordano: *Information provision for people with multiple sclerosis. Cochrane Database of Systematic Reviews 2018, Issue 10. Art. No.: CD008757. DOI: 10.1002/14651858.CD008757.pub3.*

# Mit dem „grossen Bruder“ bisher unzugängliche Orte entdecken

Als Rollstuhlfahrer über die Stufen zum eigenen Garten gelangen oder spontan an einen unbekanntem Ort fahren? Klingt nach einem Traum? Das Schweizer Start-up Scewo verspricht, genau solche Dinge mit ihrem neuartigen Elektrorollstuhl möglich zu machen.

Der ausgeklügelte Elektrorollstuhl überzeugt nicht nur technisch, sondern fällt viel mehr auch wegen seines einzigartigen Designs auf. Elegante Kurven, LED-Lichter und eine durchdachte Bedienung erinnern eher an ein modernes Auto als an einen handelsüblichen Elektrorollstuhl. Der Rollstuhl, „Bro“ genannt (umgangssprachlich „Bruder“, „guter Freund“), fährt auf zwei Rädern bis zu 10 km/h und hält dabei selbständig die Balance. Somit benötigen Rollstuhlfahrer keine eigene Rumpfstabilität, um sich damit fortzubewegen. Er erreicht eine Distanz von mindestens 25 km. Wem das zu wenig ist, kann ihn

dank seiner kompakten Größe auch in einem Kleinwagen transportieren.

Mit den verbauten Raupen kann Bro (fast) jede Treppe rauf- und runterfahren. Die eingebaute Rückfahrkamera mit direkter Bildübertragung auf das Smartphone übernimmt dabei den Blick nach hinten.

Die Nachfrage aus Deutschland und Österreich war groß. Deshalb öffnete der Schweizer Newcomer den Vorverkauf auch für die beiden Nachbarländer. Bei Scewo denke man groß, sagt CEO Winter und fährt fort: „Wer weiss was als Nächstes kommt – ganz Europa oder gar die Vereinigten Staaten.“ Das sollte nicht weiter überraschen, denn: Rollstuhlfahrer an bisher undenkbar Orte zu bringen, das hat sich das Unternehmen mittlerweile zur Mission gemacht. Wie sie auf YouTube zeigen, steht mit diesem Rollstuhl sogar einer unvergesslichen Fahrt über eine Brücke in 3.000 m Höhe nichts im Wege.

Weitere Informationen unter: [www.scewo.ch](http://www.scewo.ch) ■



Das aufsteigende retikuläre aktivierende System (ARAS)

# ARAS – die „Turbosteuerung“ in unserem Gehirn



Radkersburger Hof

**W**ir Menschen haben ein sehr gut funktionierendes Zentralnervensystem. Es ist nicht nur darauf ausgerichtet, uns das machen zu lassen, was wir wollen; es warnt uns auch vor Umgebungseinflüssen, die schädlich sind. Diese nehmen wir als Schmerzen, als Kältereiz, als unangenehme Gerüche oder Geschmack, als akustische oder visuelle Reize wahr. Dieses System ist lernfähig. Es hat aber auch eine ganz spezielle Grundfunktion, derer wir nur dann gewahr

werden, wenn es uns nicht so gut geht: die Wachheitssteuerung. Wir finden sie im Hirnstamm, also in tieferen Hirnregionen. Es nennt sich ARAS (aufsteigendes retikuläres aktivierendes System). Das Besondere am ARAS ist jedoch, dass wir es selbst steuern können. Wenn wir einen Einfluss von der Peripherie haben, dann meldet unser ARAS dies ans Großhirn und erzeugt dabei auch gleichzeitig Wachheit, Konzentration und Aufmerksamkeit.



## Stellen Sie sich vor, Sie wollen wacher sein!

Ein Problem, das man als MS-Patient oft hat. Die Störung liegt hierbei nicht im ARAS, sondern im Großhirn bzw. in der erhöhten Anstrengung, die notwendig ist, seine Sinne ausreichend wahrzunehmen. Seheinschränkungen, Gleichgewichtsstörungen, Gefühlsstörungen und einige andere Sinnesvermindierungen sind die Gründe. Aber auch die Motorik kann eingeschränkt sein, durch Spastik, Lähmungen, Zittern und ungeschickte Bewegungsmuster.

Hat man nun diese Einschränkungen, kann das ARAS einem helfen, wieder eine Verbesserung der Konzentration und Aufmerksamkeit und damit auch eine Verbesserung der Wahrnehmung und Ansteuerung der eigenen Muskeln zu erreichen.

## Was müssen wir tun?

Ganz einfach: Wir müssen den Input, d. h. die Wahrnehmung gezielt erhöhen. In der Schule hat man uns

oft gesagt: „Sitz gerade!“ Das hat das ARAS dazu bewegt, die Aufmerksamkeit zu erhöhen. Der Ansatz hat gestimmt. Aber er war trotzdem falsch. Was hilft es einem, wenn durch die Anstrengung die Muskulatur ermüdet und man dann erst recht müde ist? Wir müssen daher einen Schritt weiter gehen. Nicht „Sitz gerade!“ ist der Auftrag, um seine Konzentration und Aufmerksamkeit länger zu erhöhen, sondern „Beweg dich in den geraden Sitz!“, und wenn du das geschafft hast: „Beweg dich weiter!“ Denn jede Bewegung wird in unserem ARAS wahrgenommen und weitergeleitet. Unerwartetes ist dabei besser als Vertrautes. So können Sie sich beispielsweise bewusst zur Musik bewegen. Dies ist sowohl im Stehen, im Gehen wie auch im Sitzen, am Sessel, am Hocker oder am Rollstuhl möglich. Man benötigt keinen Therapieball oder andere speziellen Sitz- oder Stehmöbel

(auch „Lümmelmöbel“ genannt). Das, was da ist, reicht! Musikstücke haben den Vorteil, dass sie nur eine kurze Zeit gespielt werden, dann kommt das nächste, damit ändern sich oft auch der Takt und die Geschwindigkeit. Wenn Sie bewusst bei jedem neu angespielten Musikstück auch Ihren eigenen inneren Rhythmus ändern, bleiben Sie wacher.

### Damit es gelingt: Beginnen Sie jetzt!

Richten Sie sich auf, wo immer sie sind, und swingen Sie zur Musik – die sie auch selbst erzeugen können, summen Sie sich in eine bessere Stimmung, in einen wacheren Tag. Das Zaubermedium dahinter ist unser ARAS. Es hilft! ■

Autor: Prim. Dr. Wolfgang Kubik, Ärztlicher Leiter der Reha Radkersburg, Radkersburger Hof

## Entgeltliche Einschaltung



## Reha Radkersburg

Rehabilitationszentrum für Neurologie,  
Orthopädie und Kinderrehabilitation



Radkersburger Hof

zertifiziert nach  
ISO 9001:2015 und EN 15224:2017

Reha Radkersburg  
Radkersburger Hof  
+43 (0) 3476 / 3860  
info@radkersburgerhof.at  
www.radkersburgerhof.at

## Stützen. Fördern. Selbstständigkeit.

Unser Leben besteht aus Ritualen. Rituale sind vertraute, wiederholte Handlungen. Besonders im Umgang mit MS verbessert das Üben von Ritualen die Alltagsfähigkeiten.

In der Rehabilitation versuchen wir über die Bedürfnisse der einzelnen Patientinnen und Patienten individuelle Handlungsziele zu definieren.

Die täglichen, altbekannten Abläufe werden im aktuellen Kontext neu interpretiert und optimiert. Die Ritualisierung der Handlungen führt zu einer effizienten Rehabilitation und zu langfristigen Erfolgen.



Prim. Dr. Wolfgang Kubik  
Ärztlicher Leiter

Kostenerstattung Heilbehelfe und Rehabilitation

# Österreichische Gesundheitskasse – was sich für chronisch Kranke ändert

Seit 1. Jänner 2020 sind alle Personen, die bis 2019 bei einer Gebietskrankenkasse versichert waren, automatisch bei der Österreichischen Gesundheitskasse versichert.

Die **Österreichische Gesundheitskasse** ist seit 1. Jänner 2020 die Krankenversicherung für mehr als 7,2 Millionen bei ihr versicherte Personen, die bisher bei einer der 9 Gebietskrankenkassen versichert waren. Darüber hinaus sind zukünftig auch die Versicherten der bisherigen Betriebskrankenkassen (mit Ausnahme der Betriebskrankenkasse der Wiener Verkehrsbetriebe) bei der Österreichischen Gesundheitskasse versichert.

Wenn bei Ihrem nächsten Arztbesuch in der Ordination die e-card gesteckt wird, erscheint am Bildschirm „Österreichische Gesundheitskasse“. Mit der bestehenden e-card erhalten Sie weiterhin alle bestehenden Leistungen – etwa bei der Hausärztin bzw. beim Hausarzt, bei der Fachärztin bzw. beim Facharzt, in Ambulatorien und auch im Spital. Auch Ihre Therapien, Heilbehelfe oder Medikamente erhalten Sie im gleichen Ausmaß wie bisher.

Laut der Österreichischen Gesundheitskasse werden die Services ausgebaut und verbessert – beispielsweise die **integrierte Versorgung für chronisch kranke Menschen**. Im Gegenzug sollen viele chefärztliche Bewilligungen wegfallen und die Leistungen für alle Versicherten Schritt für Schritt österreichweit angeglichen werden.

## Harmonisierte Leistungen

Der Maximalbetrag für Heilbehelfe und Hilfsmittel wurde einheitlich auf 1.342,00 Euro und für Rollstühle auf 3.580,00 Euro angehoben. Darüber hinaus sollen Bewilligungen für CT- und MRT-Untersuchungen für 2 Jahre ausgesetzt werden, danach soll eine Evaluierung stattfinden.

Seit 1. Jänner 2020 finden Sie auf der Website [www.gesundheitskasse.at](http://www.gesundheitskasse.at) sämtliche Informationen zur Österreichischen Gesundheitskasse sowie regionale Informationen aus Ihrem Bundesland.

## Heilbehelfe und Hilfsmittel

Die maximale **Kostenübernahme** für Heilbehelfe und Hilfsmittel **durch die Kasse** beträgt netto **1.432,00 Euro**. Ausnahme: Der verordnete Behelf wird als Maßnahme der medizinischen Rehabilitation gewährt.

## Der Kostenanteil für Versicherte beträgt 2020:

- **10 Prozent des Tarifes** (der Kosten) jedoch **mindestens 35,80 Euro**,
- für **Brillen und Kontaktlinsen mindestens 107,40 Euro** (für angehörige Kinder ab dem 15. Lebensjahr **mindestens 35,80 Euro**),



- für **ständig benötigte Behelfe** (z. B. Inkontinenzversorgung), die nur kurzfristig verwendet werden können, 10 Prozent der tariflichen Kosten,
- für **orthopädische Schuhe** (ausgenommen Therapieschuhe) **58,14 Euro/Paar** bzw. **29,07 Euro/Stück** (für Versicherte/Angehörige, die das 18. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, bzw. für Personen nach Vollendung des 18. Lebensjahres unter besonderen Voraussetzungen ist kein Eigenkostenanteil einzuheben),
- für **Antivarusschuhe 36,34 Euro**.

**Kostenanteilsbefreiung** besteht dann, wenn Versicherte (oder Angehörige):

- von der Rezeptgebühr befreit sind (ausgenommen Befreiung der Entrichtung der Rezeptgebühr bei Erreichen der Obergrenze),
- Hilfsmittel und Heilbehelfe als Maßnahmen der medizinischen Rehabilitation erhalten (z. B. Krankenfahrstühle).

**Kostenerstattung:** Für privat angeschaffte Heilbehelfe bei einem/einer Nicht-Vertragspartner/-in leistet die Kasse nach Vorlage der Verordnung und saldierten Rechnung (Vermerk über die erfolgte Bezahlung) eine **Kostenerstattung in der Höhe von 80 Prozent der Vertragstarife**.

Kosten für Heilbehelfe bzw. Hilfsmittel werden nicht erstattet, wenn anspruchsberechtigte Vertragspartnerinnen oder Vertragspartner diese privat (ohne Verordnung) in Anspruch nehmen.

#### Kontakt:



Österreichische Gesundheitskasse,  
Fachgruppe Leistungserbringung  
Telefon: 05 07 66-112831  
[www.gesundheitskasse.at](http://www.gesundheitskasse.at)

#### Weitere Informationen:

##### Pensionsversicherung

[www.pensionsversicherung.at](http://www.pensionsversicherung.at)

##### Allgemeine Unfallversicherungsanstalt

[www.auva.at](http://www.auva.at)

## Medizinische Rehabilitation

Medizinische Maßnahmen der Rehabilitation werden in der Krankenversicherung nach pflichtgemäßem Ermessen im Anschluss an eine Krankenbehandlung gewährt.

Die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) ist grundsätzlich für folgenden Personenkreis zuständig:

- für anspruchsberechtigte Angehörige
- für Pensionistinnen/Pensionisten, wenn der Pensionsversicherungsträger nicht zuständig ist
- für freiwillig Versicherte, die eine Selbstversicherung in der Krankenversicherung abgeschlossen haben

#### Welche Maßnahmen kommen in Betracht?

- Unterbringung in Krankenanstalten, die vorwiegend der Rehabilitation dienen (Rehabilitationszentren)
- Körperersatzstücke, orthopädische Behelfe und andere Hilfsmittel
- ärztliche Hilfe sowie Heilmittel und Heilbehelfe
- Übernahme der Transportkosten, nur für Personen, die von der Rezeptgebühr befreit sind (aus- ▶

genommen Befreiung von der Entrichtung der Rezeptgebühr bei Erreichen der Obergrenze) **und** wenn eine medizinische Begründung vorliegt

**Sind Zuzahlungen zu leisten?** Nach den gesetzlichen Bestimmungen ist für einen Rehabilitationsaufenthalt pro Aufenthaltstag (für höchstens 28 Tage im Kalenderjahr) eine Zuzahlung zu leisten. Diese richtet sich nach dem monatlichen Bruttoeinkommen der/des Versicherten bzw. nach der Bruttopension der Pensionsbezieherin oder des Pensionsbeziehers.

Bei Angehörigen ist für eine Beurteilung der Zuzahlung das Bruttoeinkommen der/des Versicherten heranzuziehen.

Die Zuzahlung beträgt **für das Jahr 2020:**

Monatliches Bruttoeinkommen	tägliche Zuzahlung*
über 966,65 bis 1.548,03 Euro	8,62 Euro
über 1.548,03 bis 2.129,42 Euro	14,77 Euro
über 2.129,42 Euro	20,94 Euro

\* für maximal 28 Tage im Kalenderjahr

Folgende Personen sind von den Zuzahlungen befreit:

- Personen, deren monatliches Bruttoeinkommen **966,65 Euro** nicht übersteigt oder
- die eine Ausgleichszulage beziehen oder
- die Bezieherin/Bezieher einer bedarfsorientierten Mindestsicherung

Autorin: Kerstin Huber-Eibl

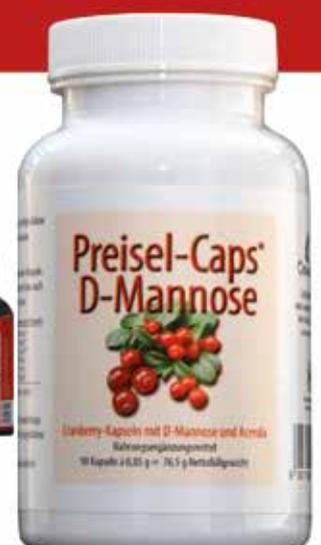
Entgeltliche Einschaltung

# Neu: Preisel-Caps D-Mannose

## Verstärkter Schutz gegen Blasenentzündung

**Das bewährte Preiselbeer-/Cranberry-Sortiment der Caesaro Med wurde durch ein innovatives Produkt mit dem Aktivstoff D-Mannose erweitert.**

Das Zusammenwirken zweier Aktivstoffe kann sowohl im Akutfall, das heißt beim Spüren erster Alarmsignale von Vorteil sein, als auch in Fällen, wo der Cranberry-Extrakt allein keine ausreichende Schutzwirkung in der langfristigen Anwendung erreichte.



Anforderung von ausführlichen Informationen, persönliche Beratung und Zusendung von Gratis-Kostproben bei Caesaro Med GmbH, Tel.: 0732/677 164, info@caesaro-med.at, www.caesaro-med.at

# Harnwegsinfekte bei Multipler Sklerose



Über 80 % der MS-Betroffenen haben während ihrer Krankheit mit Problemen bei der Blasenfunktion zu kämpfen. Ähnlich den neurologischen Symptomen können auch die urologischen Symptome wechselnd sein, zeitweise Besserung und dann wieder Verschlechterung zeigen. Innervationsstörungen des unteren Harntraktes können sowohl die Speicher- als auch die Entleerungsfunktion betreffen. Dies kann bei Personen mit MS einerseits zu einer Drangsymptomatik bis hin zur Harninkontinenz, andererseits zu einer erschwerten Blasenentleerung, zu Restharn und in der Folge zum Auftreten von Harnwegsinfekten führen. Letztere werden auch durch die Notwendigkeit und Häufigkeit von Katheteranwendungen getriggert.

Die Vermeidung von Harnwegsinfekten ist ein wichtiges Prinzip nicht nur für die Lebensqualität der Betroffenen, sondern auch für die Effizienz sonstiger Therapiemaßnahmen, sei es die Blase betreffend oder allgemein. Für diese Vorbeugung haben sich in den letzten Jahren im Wesentlichen drei nicht auf Antibiotika basierende Wirkstoffgruppen bewährt:

- Phytotherapeutika mit in der Regel mehreren pflanzlichen Komponenten zur Förderung der Ausschwemmung oder Bekämpfung von Bakterien in der Blase
- Medikamente, die den Harn ansäuern und damit

für die Vermehrung der Bakterien ungünstige Verhältnisse in der Blase schaffen

- Natursäfte und Extrakte von Preiselbeeren und Cranberrys, welche die Anhaftung von Bakterien (auch solcher, die auf Antibiotika resistent sind) an der Blasen- und Harnröhrenschleimhaut und auch an Kathetermaterial erschweren. Diese Wirkung erleichtert dann die natürliche Reinigung des unteren Harntraktes durch den Urin. Und das Fantastische an diesem Wirkprinzip: Bakterien entwickeln dagegen keine Resistenzen!

Vor rund 25 Jahren begann der Siegeszug der Preiselsan® Lutschtabletten, welche über viele Jahre auch von Querschnittgelähmten mit Selbstkatheterismus erfolgreich eingesetzt wurden. In der Zwischenzeit haben Caesaro Med und anderen Firmen bewährte Formen weiterentwickelt und neue eingeführt, um den Bedürfnissen der Betroffenen noch besser zu entsprechen. So kann man zwischen reinem Saft bzw. Saft-Konzentrat und diversen festen Formen als Kapseln oder Pulver zum Auflösen wählen. Innovative Kombinationen mit Laktobazillen (zeitgleich einzusetzen bei einer Antibiotikatherapie) oder mit D-Mannose, einem synergistisch zu Cranberrys wirkenden Zucker, runden heute das Angebot ab. Eine ausführliche Beratung dafür gibt es in Apotheken, bei Fachärzten bzw. den Beratungseinrichtungen (Telefon, Website) von Anbieterfirmen.

Die Wirkung von Preiselbeeren/Cranberrys setzt bereits innerhalb von circa 2 Stunden ein, bedingt durch die laufende Ausscheidung ist allerdings für einen konsequenten Schutz eine laufende Einnahme von 2–3 Portionen täglich erforderlich. ■

Autor: Mag.pharm. Dr. Harald Fischer

Interview mit Bereichssprecherinnen für Menschen mit Behinderungen

## Welche Zielsetzungen verfolgen unsere Vertreterinnen im Parlament?

Im Nationalrat fungieren Kira Grünberg (ÖVP), Verena Nussbaum (SPÖ), Dagmar Belakowitsch (FPÖ), Heike Grebien (Grüne) und Fiona Fiedler (NEOS) als Bereichssprecherinnen für Menschen mit Behinderungen.

**Kira Grünberg, Verena Nussbaum, Heike Grebien und Fiona Fiedler erklären ihre vorrangigsten Ziele in Bezug auf Menschen mit Behinderungen, was sie sich als Behindertensprecherinnen für die aktuelle Legislaturperiode vorgenommen haben, wo sie Verbesserungsbedarf für chronisch kranke Menschen sehen und wie sie sich für diese einsetzen werden.**

**Von Dr. Dagmar Belakowitsch wurden die Fragen bislang nicht beantwortet.**

### Kira Grünberg (ÖVP)

**Was haben Sie sich als Behindertensprecherin für die aktuelle Legislaturperiode vorgenommen?**

Diese Vorhaben sind im aktuellen Regierungsprogramm 2020–2024 gut abgebildet. Ich hatte die Ehre, für den Bereich Behinderung mit am Verhand-



lungstisch zu sitzen. Aus meiner persönlichen Biografie heraus liegt mir der Sport nach wie vor sehr am Herzen, und ich bin der Ansicht, dass Sport ein sehr gutes Vehikel für Inklusion sein kann. Ebenfalls Teil meines heutigen Lebens ist persönliche Assistenz, die mir meine politische Tätigkeit und vieles mehr erst ermöglicht. Aus persönlicher Erfahrung kenne und befürworte ich das Konzept der persönlichen Assistenz – und ich teile auch die Ansicht der meisten Betroffenen, dass wir hier ein bundesweit einheitlicheres System schaffen müssen. Der Zufall des Geburts- bzw. Wohnortbundeslandes darf keine Rolle spielen, das tut er momentan aber sehr wohl. Über all dem steht ganz grundsätzlich das Ziel der selbstbestimmten und gleichberechtigten Teilhabe von Menschen mit Behinderung in allen Bereichen des Lebens, die durch vielerlei Einzelmaßnahmen zu gewährleisten ist. Eine wesentliche Voraussetzung für die selbstbewusste und selbstbestimmte Lebensführung ist eine berufliche Tätigkeit und damit ein eigener Verdienst. Die Arbeitslosigkeit unter Menschen mit Behinderung steigt, selbst wenn sie gesamthaft sinkt, was ein alarmierendes

Zeichen ist. Insofern möchte ich mein Augenmerk mitunter auf Maßnahmen richten, die die Inklusion am 1. Arbeitsmarkt fördern. Auch ist mir ein besonderes Anliegen, das Alltagsleben von Menschen mit Behinderung zu entlasten – Stichwort „One-Stop-Shop“, um beispielsweise Behördenwege zu vereinfachen beziehungsweise die Anzahl der erforderlichen Wege zu minimieren, Selbiges gilt für beratende Anlaufstellen oder Fördertöpfe und Unterstützungsleistungen.

### **Was ist Ihr vorrangigstes Ziel in Bezug auf Menschen mit Behinderungen?**

Wenn ich mich auf ein einziges Ziel festlegen muss, so nenne ich das Ziel der selbstbestimmten und gleichberechtigten Teilhabe von Menschen mit Behinderung in allen Bereichen des Lebens, denn das ist allumfassend. Die persönliche Assistenz ist mir seit Anbeginn meiner politischen Tätigkeit ein großes Anliegen, da es Voraussetzung für vieles Weitere ist. Einen Arbeitsplatz zu haben reicht nicht aus, ich brauche auch jemanden, der mich in der Früh vom Bett in den Rollstuhl transferiert, um es an meinem Beispiel zu beschreiben.

### **Chronisch kranke Menschen zählen auf Ihre Unterstützung. Wo sehen Sie Verbesserungsbedarf?**

Wenn von Behinderung die Rede ist, stellen sich die meisten einen Rollstuhl vor, also eine sichtbare Behinderung. Unsichtbare Formen von Behinderung, wozu ich chronische Krankheiten zähle, haben es eben aufgrund ihrer Unsichtbarkeit oftmals schwieriger, ins Bewusstsein zu gelangen und die nötige Aufmerksamkeit zu erfahren. Damit ist bereits einer der Aspekte für Handlungsbedarf benannt. Ganz generell arbeiten wir an einer flächendeckenden und wohnortnahen Gesundheitsversorgung, um eben zum Beispiel Menschen mit chronischen Krankheiten bestmöglich behandeln und unterstützen zu können, sodass die Krankheit gut in den Griff zu bekommen ist und damit sowohl Lebensqualität als auch Lebens-

erwartung eine Steigerung erfahren (vgl. Regierungsprogramm 2020–2024: *Stärkung der integrierten Versorgung bei chronischen Krankheiten – Ausbau von Disease-Management-Programmen/DMP*).

### **Wie werden Sie sich für chronisch Kranke konkret einsetzen?**

Die oben erwähnten bzw. im Regierungsprogramm genannten Maßnahmen gilt es nun umzusetzen. Viele davon beziehen sich direkt oder indirekt auch auf Menschen mit chronischen Krankheiten. Ich kenne (m)ein Leben im Rollstuhl inzwischen ganz gut, habe aber nur eine Vorstellung von einem Leben mit chronischer Erkrankung. Insofern ist es mir sehr wichtig, mit Betroffenen ins Gespräch zu kommen und täglich dazuzulernen. In diesem Sinne freue ich mich auf ein persönliches Kennenlernen!

### **Heike Grebien, BA (Grüne)**



### **Was haben Sie sich als Behindertensprecherin für die aktuelle Legislaturperiode vorgenommen?**

Wir Grüne haben uns vehement dafür eingesetzt, dass in den Koalitionsverhandlungen Menschen mit Behinderungen in allen Teilbereichen miteinzubeziehen sind. Wir forcieren die Umsetzung des Nationalen Aktionsplans Behinderung, mit dem die Rechte aus der UN-Behindertenrechtskonvention implementiert werden sollen, gemeinsam mit allen MinisterInnen, den Ländern, Gemeinden und unter starker Einbeziehung der Stakeholder.

Eines meiner persönlichen Anliegen ist die Bekämpfung von Gewalt an Menschen mit Behinderungen. Ein Thema, zu dem es dringend notwendig ist, das Schweigen aufzubrechen, weshalb ich ►

das auch gleich in meiner ersten Rede im Nationalrat angesprochen habe. Mehr als 8 von 10 Personen haben Erfahrungen mit psychischer Gewalt gemacht. 4 von 10 Personen waren von schweren Formen körperlicher Gewalt betroffen. Frauen mit Behinderung sind einem noch viel größeren Gewaltisiko ausgesetzt als Frauen ohne Behinderung. Gehörlose und blinde Frauen, Frauen mit Lernschwierigkeiten und Migrantinnen mit Behinderungen sind besonders gefährdet.

Wir Grüne sind schon lange dran an diesem Thema und kämpfen für einen barrierefreien Zugang zu Unterstützungsangeboten. Ich werde mich mit aller Kraft dafür einsetzen, dass dieses Thema im öffentlichen Fokus bleibt und wir gemeinsam Lösungsansätze erarbeiten. Wichtig ist es hier auch, bereits vorhandenes Zahlenmaterial wie z. B. die Studie des Sozialministeriums zur Prävention von Gewalt an Menschen mit Behinderungen stärker öffentlich zu thematisieren.

### **Was ist Ihr vorrangigstes Ziel in Bezug auf Menschen mit Behinderungen?**

Es gibt einen überfraktionellen Konsens, dass das leidige Thema „Lohn statt Taschengeld“ endlich der Vergangenheit angehören muss. Auch Sozialminister Rudi Anschober ist dies ein persönliches Anliegen, daher stehen die Zeichen gut, dass hier Bewegung reinkommt. Zudem sehe ich die Einführung eines Inklusionsfonds als einen möglichen Ansatz, damit Menschen mit Behinderungen selbstständig und selbstbestimmt in unserer Gesellschaft leben können. Die Prüfung eines solchen Inklusionsfonds findet sich auch im Regierungsprogramm wieder.

### **Chronisch kranke Menschen zählen auf Ihre Unterstützung. Wo sehen Sie Verbesserungsbedarf?**

Ein wichtiger Bereich, wo es dringenden Verbesserungsbedarf gibt, ist die persönliche Assistenz. Hier bedarf es einheitlicher, bundesweiter Rahmenbedin-

gungen, damit diese nicht mehr von Bundesland zu Bundesland unterschiedlich definiert sind. Für ein möglichst selbstbestimmtes Leben darf es keine Rolle spielen, ob man im Burgenland oder in Vorarlberg lebt.

Darüber hinaus sehe ich Verbesserungsbedarf im Bereich der Pflege, hier wird einiges in der von Minister Anschober angekündigten Pflegereform passieren. Derzeit gibt es diesbezüglich eine Dialogtour durch ganz Österreich, im November soll das Paket vorliegen. Ebenso braucht es einen Ausbau der psychotherapeutischen kostenfreien Therapieplätze.

### **Mag. Verena Nussbaum (SPÖ)**



### **Was haben Sie sich als Behindertensprecherin für die aktuelle Legislaturperiode vorgenommen?**

Zunächst ist es mir besonders wichtig, immer wieder darauf hinzuweisen, dass Behindertenpolitik ein Bereich ist, der uns alle etwas angeht und der auch bei jeder politischen Entscheidung mitgedacht werden muss. Es geht nicht nur um das Recht auf tatsächliche Inklusion der Menschen mit Behinderungen in unser alltägliches Leben, auch die Gesellschaft kann von gelebter Diversität lernen und dadurch gestärkt werden. Menschen mit Behinderungen sollen ein selbstbestimmtes Leben führen können, in dem nur sie selbst entscheiden, wie sie es leben wollen. Es gibt in Österreich derzeit noch sehr viele Baustellen in diesem Bereich. Seit Beginn der Gesetzgebungsperiode treffe ich mich mit den unterschiedlichsten Interessenverbänden im Bereich der Menschen mit Behinderungen, um die Perspektive der Betroffenen und Angehörigen in meine parlamentarische Arbeit bestmöglich einfließen zu lassen.

### **Was ist Ihr vorrangigstes Ziel in Bezug auf Menschen mit Behinderungen?**

Wie bereits oben erläutert, ist es für mich derzeit vorrangig, die Behindertenpolitik in alle Bereiche des Lebens mitzutragen, um den Grundstein für eine inklusive Gesellschaft legen zu können. Akuten Handlungsbedarf sehe ich vor allem im Bereich der persönlichen Assistenz, da die Bundesländer diesen Bereich sehr unterschiedlich regeln und damit oft eine große Unsicherheit bei den Betroffenen vorherrscht. Als Hauptaufgabe sehe ich aber die Verankerung einer fairen Bezahlung für Menschen in Beschäftigungswerkstätten, die ja derzeit nur Taschengeld erhalten. Diese Menschen sollen außerdem einen gesetzlichen Anspruch auf eine eigene sozialversicherungsrechtliche Absicherung erhalten, um nicht in die Abhängigkeit ihrer Familien gedrängt zu werden.

### **Chronisch kranke Menschen zählen auf Ihre Unterstützung. Wo sehen Sie Verbesserungsbedarf?**

Den größten Handlungsbedarf sehe ich in der Abhängigkeit der Betroffenen von ihren Familien. Es muss allen Menschen ein eigenständiges Leben ermöglicht werden. Für mich wäre daher auch hier die Vereinheitlichung der Regelungen für die persönliche Assistenz ein wichtiger Ansatz.

**Fiona Fiedler, BEd  
(NEOS)**



### **Was haben Sie sich als Behindertensprecherin für die aktuelle Legislaturperiode vorgenommen?**

In der aktuellen Legislaturperiode werde ich mein Augenmerk auf alle Organisationen und Vereine le-

gen, viele Gespräche führen und herausfinden, was notwendig ist, um Menschen mit Behinderungen ein selbstbestimmtes Leben führen zu lassen. Als Mensch ohne Behinderung hat man oft keine Ahnung, wie Menschen mit Behinderung die Welt erleben und wo sie an ihre Grenzen stoßen. Hier möchte ich den Finger drauf legen und auf die Missstände aufmerksam machen. Es benötigt mehr Miteinander und Zusammenhalt untereinander.

### **Was ist Ihr vorrangigstes Ziel in Bezug auf Menschen mit Behinderungen?**

Mein Ziel ist, dass so viele Barrieren wie nur möglich abgebaut werden und wir schlussendlich unsere Gesellschaft so sensibilisieren, dass Inklusion ein Begriff wird, der nicht mehr in aller Munde sein muss, sondern gelebt wird.

### **Chronisch kranke Menschen zählen auf Ihre Unterstützung. Wo sehen Sie Verbesserungsbedarf?**

Bei der Versorgung chronisch kranker Menschen schneidet Österreich im internationalen Vergleich sehr schlecht ab. Wir sehen daher enormen Verbesserungsbedarf.

### **Wie werden Sie sich für chronisch Kranke konkret einsetzen?**

Wir bringen dazu laufend parlamentarische Anträge und Anfragen ein. Unser aktuelles Schwerpunktthema ist derzeit die größte Chroniker-Gruppe, die knapp 600.000 Diabetiker. Von unserer parlamentarischen Initiative erwarten wir uns zudem positive Effekte in der Versorgung für sämtliche chronisch Kranken. ■

von Kerstin Huber-Eibl

## Kompetenzteam (KT) Frauen des Behindertenrates

# Frauen voran!

Eine behinderte Frau, die für sich und für andere spricht, auch in Interviews und auf Podien? Gerade in Österreich, aber auch anderswo ist das immer noch selten.

Gespräche zeigen, dass Frauen und Mädchen mit Behinderungen die gleichen Wünsche und Forderungen haben wie Frauen und Mädchen ohne Behinderungen“, betont Heidemarie Egger, Kommunikationsexpertin des Österreichischen Behindertenrates. „Die Lebensrealitäten von Frauen mit Behinderungen werden in Politik, Wirtschaft und Gesellschaft noch immer ignoriert. Ausgrenzung und Armut sind die Folgen“, so Egger weiter.

### Neu gegründetes Kompetenzteam Frauen

Kompetenz wird Frauen mit Behinderungen oft nicht zugetraut. Das ist schade, zumal bei manchen Erkrankungen mit Behinderungsfolge – etwa Multipler Sklerose – Frauen in der Überzahl sind. Oft liegt es am mangelnden Selbstbewusstsein, das von außen noch verstärkt wird. Es wird immer noch nicht als selbstverständlich angesehen, wenn eine Frau vorne steht. Das hat der Behindertenrat erkannt und Anfang 2019 das Kompetenzteam (KT) Frauen gegründet. Ziel ist es, sich auszutauschen, sich aber auch gegenseitig den Rücken zu stärken. Die Botschaft ist klar: Frauen können was. Sie sind kompetent (daher auch die Bezeichnung „Kompetenzteam“). Sie sollten ernst genommen werden, sich aber auch selbst ernst nehmen.

Höchste Zeit: „Lediglich rund 30 % Frauen sind bei unseren Mitgliedsorganisationen Präsidentinnen, Vorstandsvorsitzende oder Geschäftsführerinnen“, sagt Gabriele Sprengseis, die Generalsekretärin des

Behindertenverbandes. Das Thema trifft einen aktuellen Nerv: Eine im September 2019 vom Behindertenverband initiierte Konferenz rund um „Frauen mit Behinderungen“ fand große mediale Beachtung und die Unterstützung prominenter Frauen, darunter Doris Schmidauer, Frau des österreichischen Bundespräsidenten Alexander Van der Bellen. Auch die damalige österreichische Bundeskanzlerin Brigitte Bierlein nahm an der Konferenz teil.

### „Her Abilities“

Um die Sichtbarkeit von Frauen mit Behinderungen zu verbessern, wurde von Licht für die Welt International der Preis „Her Abilities“ (ihre Fähigkeiten) ins Leben gerufen: Die aktuellen Gewinnerinnen sind die US-amerikanische Comedian Maysoon Zayid, die vietnamesische Geschäftsfrau und Aktivistin Nguyen Thi Van und die finnische Juristin Liisa Kauppinen. „Ich habe hundert Probleme, Lähmung ist nur eins davon“, sagte etwa Maysoon Zayid nur halb im Scherz während eines Auftritts.

Es gibt auch andere Auszeichnungen: Die Juristin Julia Moser arbeitet bei „myAbility“, einer in Wien ansässigen Firma, die andere Unternehmen bei deren Umgang mit behinderten MitarbeiterInnen, aber auch Kundinnen und Kunden berät. Als Gründerin des Forums für Usher-Syndrom erhielt Julia Moser den Dr.-Elisabeth-Wundsam-Hartig-Preis 2018. ■

---

Autorin: Mag.<sup>a</sup> Karin Chladek

## MS-Selbsthilfegruppe Rheintal

# Vorarlberg stellt sich vor

Vorarlberg zählt zwar zu den kleinsten Bundesländern Österreichs, doch es steht den anderen 8 in nichts nach. Das westlichste Bundesland glänzt unter anderem mit seiner Wirtschaftsleistung, seiner Kultur und seiner landschaftlichen Schönheit. Vor allem die Bregenzer Festspiele locken jährlich zahlreiche Besucher nach Vorarlberg.

### 600 Vorarlberger mit Multipler Sklerose

Die Multiple Sklerose macht leider auch vor Vorarlberg nicht halt. Die meisten Patienten sind zwischen 20 und 40 Jahre alt, wenn sie die Diagnose „Multiple Sklerose“ erhalten. Im „Ländle“ sind derzeit etwa 600 Patienten in Behandlung. Zwar gibt es in Vorarlberg keine MS-Landesgesellschaft, dennoch sind die Patienten dort genauso gut versorgt wie in allen anderen Bundesländern. Das Sozialministeriumservice, die Krankenkassen, die Pensionsversicherungsanstalt, die niedergelassenen Neurologen und ganz besonders die Abteilung Soziales in den Bezirkshauptmannschaften Bludenz, Bregenz, Feldkirch und Dornbirn leisten hervorragende Arbeit und unterstützen die Patienten, wo sie können.

### Selbsthilfegruppe Helga Riedmann

Zusätzliche Hilfe bekommen die Patienten in der Selbsthilfegruppe von Helga Riedmann. Diese umfasst momentan 20 Mitglieder, die sich einmal im Monat zu einem geselligen Beisammensein und einem gemeinsamen Austausch treffen. Gesprochen wird über neue Behandlungsoptionen, aber auch über Dinge, die sich bewährt haben. Einmal im Jahr unternimmt die ganze Gruppe gemeinsam einen Ausflug.

Darüber hinaus gibt es einige Kleingruppen, die sich immer wieder zwanglos zu einem Treffen verabreden. ■



#### **Kontakt:**

MS-Selbsthilfegruppe Rheintal  
Helga Riedmann  
Tel.: 05577 855 14 oder 0680 553 67 58  
helga.riedmann@gmx.at



### **Niederösterreich**

Die am 9. Mai 2020 geplante Frühjahrsinformationsveranstaltung zu den Themen „MS und Kognition“ sowie „Reisen mit MS“ findet leider nicht statt!

MS Regionalclub Ried-Schärding

## Dreikönigslauf in Schildorn

**T**raumhaftes Wetter lockte am 6. 1. 2020 Läufer, Radfahrer und Walker zum 28. Dreikönigslauf in Schildorn. Bei idealen Bedingungen standen für 455 Teilnehmer keine Bestzeiten, sondern die Gewissheit, etwas Gutes für den MS-Regionalclub Ried-Schärding und für die eigene Gesundheit zu tun, im Vordergrund. Uns, vom MS-Regionalclub Ried-Schärding, war zwar ein Einfach-so-Loslaufen nicht möglich, aber auch wir absolvierten eine kurze Strecke in dem uns möglichen Tempo, um unsere Fitness zu stärken. Groß

war bei uns die Freude über die Unterstützung am Ende dieser Veranstaltung. Ein herzliches Dankeschön an die LG Innviertel (Laufgemeinschaft Innviertel); sie haben die Faszination des Ausdauersportes mit einem guten Zweck verbunden und den MS-Regionalclub Ried-Schärding mit dem Reinerlös dieser Veranstaltung gefördert.

Ein besonderer Tag – D A N K E!



**Christa Wallerstorfer**

**Obfrau MS-Regionalclub Ried-Schärding – [www.ms-club-ried.com](http://www.ms-club-ried.com)**



# MS-Clubs und -Selbsthilfegruppen

## WIEN



### **MS-Selbsthilfegruppe Kunterbunt**

jeden 2. Mittwoch im Monat  
MS-Zentrum für Beratung  
und Psychotherapie  
Hernalser Hauptstraße 15–17,  
1170 Wien

### **MS-Selbsthilfegruppe MegaStark**

jeden 3. Dienstag im Monat  
MS-Zentrum für Beratung  
und Psychotherapie  
Hernalser Hauptstraße 15–17,  
1170 Wien

### **MS-Club**

Nachbarschaftszentrum 7  
des Wiener Hilfswerkes  
Schottenfeldgasse 29, 1070 Wien

Nähere Auskünfte zu den einzelnen  
Gruppen und die Kontaktdaten der  
Ansprechpersonen erhalten Sie unter  
der Hotline 0800 31 13 40

## NIEDERÖSTERREICH



### **MS-Club Baden**

Gerlinde Pichler  
Mühlgasse 74/III/2,  
2500 Baden  
Tel.: 0677 61 26 85 22  
E-Mail: altesmauserl@gmail.com

### **Verein eMSig**

Hannelore Bauer  
Jetzelsdorf 59,  
2053 Jetzelsdorf  
Tel.: 0680 202 35 03  
E-Mail: verein.emsig@gmx.at

### **MS-Selbsthilfegruppe Hollabrunn**

Leopoldine Trost  
Oberstinkenbrunn 12,  
2023 Nappersdorf  
Tel. und Fax: 02953 24 72  
bzw. 0676 389 35 86  
E-Mail: koksi56@hotmail.com

### **MS-Selbsthilfegruppe Mistelbach**

Josef Exiller  
Unterort 31, 2130 Eibesthal  
Tel.: 02572 360 42  
bzw. 0664 73 28 50 12  
E-Mail: fanny56@gmx.at

### **MS-Selbsthilfegruppe Mostviertel**

Petra Bonhag  
Fernblick 28,  
4273 Unterweissenbach  
Tel.: 0664 786 68 78  
E-Mail: ms.mostviertel@gmail.com

### **MS-Selbsthilfegruppe Wienerwald West**

Franz Josef Bernhart  
Hauptstraße 64B,  
3040 Neulengbach  
Tel.: 02772 515 17  
bzw. 0664 506 14 02  
E-Mail: f.j.bernhart@aon.at

### **MS-Club Ottenschlag**

Sabina Köck  
Merkengerst 10, 3631 Ottenschlag  
Tel.: 02872 75 15  
E-Mail: sabina.koeck@gmx.at

### **MS-Club St. Pölten und Umgebung**

Ilse Fleissner-Feichter  
Propst-Führer-Straße 31/7/62,  
3108 St. Pölten  
Tel.: 02742 36 00 63

### **MS-Selbsthilfegruppe Waidhofen/Thaya**

Hubert Grün  
Karl-Illner-Straße 22,  
3830 Waidhofen/Thaya  
Tel.: 0664 474 22 48  
Gabriele Macho  
Groß-Höbarten 14/2, 3961 Waldenstein  
Tel.: 02855 423 bzw. 0664 449 34 87  
E-Mail: gabriele.macho@gmx.at

### **MS-Club Zwettl-Gmünd**

Waltraud Haider  
3932 Kirchberg am Walde 127  
Tel.: 02854 444  
bzw. 0664 73 41 18 40  
E-Mail: waltraud\_haider@yahoo.de

### **MS-Selbsthilfegruppe NÖ Süd**

Susanne Kühbauer  
Cignaroligasse 11,  
2700 Wiener Neustadt  
Tel.: 0699 11 82 36 14  
E-Mail: susanne.kuehbauer@gmx.at  
Margarete Link  
Schönblickstraße 24, 2630 Ternitz  
Tel.: 02630 348 24  
bzw. 0699 11 10 91 56  
E-Mail: link.g@gmx.at  
bzw. link\_max@aon.at

## BURGENLAND



### **MS-Selbsthilfegruppe Eisenstadt**

Wilhelm Klinger  
Pergensee 1/5, 7062 Trausdorf  
Tel.: 0664 782 11 94  
E-Mail: klinger@aon.at  
Treffen jeden 2. Mi im Monat  
ab 18:00 Uhr  
Pizzeria Cucina Nostra  
Joseph-Haydn-Gasse 38,  
7000 Eisenstadt

**MS-Selbsthilfegruppe  
Neusiedl am See**

Jutta Madle  
Friedrichstraße 34/2/4,  
2410 Hainburg an der Donau  
Tel.: 0664 316 63 41  
E-Mail: jutta.mad@gmx.at  
Treffen jeden 1. Mittwoch im Monat  
ab 18:00 Uhr  
Gasthof Schnepfenhof  
Bundesstraße 1, 7093 Jois

**MS-Selbsthilfegruppe  
Südburgenland/Oberwart**

Margarete Zapfel  
Herrschaftsweg 13/2/1,  
7512 Kohfidisch  
Tel.: 0664 911 65 15  
E-Mail: mzapfel61@gmail.com  
Treffen jeden letzten Freitag im Monat  
ab 15:00 Uhr  
Café-Espresso STOP:SHOP  
Steinamangerer Straße 177,  
7400 Oberwart

**OBERÖSTERREICH****MS-Selbsthilfegruppe Linz  
und Umgebung**

Ferdinand Keindl  
Blumenweg 1, 4481 Asten  
Tel.: 07224 673 12  
bzw. 0699 10 12 43 36  
E-Mail: feke.ms@drei.at

**MS-Selbsthilfegruppe Oberes  
Mühlviertel (Rohrbach)**

Hildegard Girlinger  
Putzleinsdorf 19, 4134 Putzleinsdorf  
Tel.: 07286 71 39  
E-Mail: hildegard.girlinger@aon.at

**MS-Selbsthilfegruppe  
Wels und Umgebung**

Hannelore Ecker  
Am Bachgrund 8,  
4611 Buchkirchen  
Tel.: 07242 285 71  
Kontakt per Post

**MS-Selbsthilfegruppe  
Kirchdorf-Micheldorf**

Peter Grammer  
Hauptstraße 12/1/1, 7522 Strem  
Tel.: 0664 573 54 89  
E-Mail: grammer.peter@aon.at

**MS-Selbsthilfegruppe  
Eferding-Grieskirchen**

Raimund Lindinger  
Kirschengasse 2, 4072 Alkoven  
Tel.: 0664 73 60 05 26  
E-Mail: raisa.lind@aon.at

**MS-Selbsthilfegruppe  
Unteres Mühlviertel-Perg**

Ulrike Hinterdorfer  
Loa 17, 4343 Mitterkirchen  
Tel.: 0676 790 55 37  
E-Mail: ullihinterdorfer@gmail.com

**MS-Selbsthilfegruppe Innviertel**

Margit Schießl  
Untertreibach 2,  
5272 Treubach  
Tel: 0677 61 45 15 08  
E-Mail: m.schiessl08@gmail.com

**MS-Selbsthilfegruppe  
Vöcklabruck**

Petra Forstner  
Imling 9, 4902 Wolfsegg  
Tel.: 0660 135 19 50  
E-Mail: msclubvoecklabruck@gmx.at

**MS-Selbsthilfegruppe Steyr**

Christoph Kreuzer  
Mayrgutstraße 17, 4451 Garsten  
Tel.: 07252 463 11  
bzw. 0680 20 40 99 58  
E-Mail: chrikreu@gmx.at

**MS-Selbsthilfegruppe  
Salzkammergut (Ischl, Ebensee)**

Annemarie Fössleitner  
Wolfgangstraße 8,  
5350 Strobl  
Tel.: 06137 68 75  
bzw. 0680 308 99 22  
Kontakt per SMS

**MS-Selbsthilfegruppe  
Ried-Schärding**

Christa Wallerstorfer  
Schulweg 6/Top 5, 4924 Waldzell  
E-Mail: ms-club-ried@gmx.at  
Tel.: 0664 222 99 24  
Cäcilia Strobl  
Tel.: 0664 475 93 05  
E-Mail: ms-club-ried@gmx.at  
www.ms-club-ried.com

**MS-Selbsthilfegruppe Freistadt**

Anna Edlbauer  
Schöneben 22, 4252 Liebenau  
Tel.: 0680 401 28 65  
E-Mail: a.edlbauer@gmx.at

**MS-Selbsthilfegruppe  
Salzkammergut Nord**

Helga Hobl  
Bernaschekstraße 20, 4663 Laakirchen  
Tel.: 0699 81 99 59 13  
E-Mail: h.hobl@gmx.at

**MS-Selbsthilfegruppe  
Jung- und Neuerkrankte**

Edith Pusch  
Im Weizenfeld 23, 4209 Engerwitzdorf  
Tel.: 0650 229 19 95  
E-Mail: edith.pusch@inode.at

**SALZBURG****MS-Jugend und junge Erwachsene**

Astrid Reiser  
Tel.: 0664 434 05 10  
E-Mail: ms-jugend.conny@gmx.at  
Gruppentreffen jeden 2. Montag  
um 19:00 Uhr an ungeraden  
Monaten  
Parkhotel Brunauer/La Lontra  
Elisabethstraße 45A, 5020 Salzburg

**MS-Selbsthilfegruppe Salzburg**

Anna Penatzer  
Tel.: 0664 342 91 40  
E-Mail: annapenatzer@gmail.com  
Kontakt: Matthias Leitner  
Tel.: 0664 641 94 19

Gruppentreffen jeden 3. Montag  
im Monat um 19:00 Uhr  
Laschenskyhof  
Josef-Hauthaler-Straße 2,  
5071 Wals

#### **MS-Selbsthilfegruppe Oberndorf**

Hildegard Christian  
Tel.: 06223 29 44  
bzw. 0664 454 41 51  
E-Mail: hildegard.christian@ymail.com  
Elfi Wimmer  
Tel.: 0664 130 09 70  
E-Mail: elfi.wimmer@gmx.at  
Gruppentreffen jeden 1. Samstag  
im Monat von 9:00 bis 11:00 Uhr  
Januar, Juli, August kein Treffen  
Gasthof Bauernbräu  
Salzburger Straße 119, 5110 Oberndorf

#### **MS-Selbsthilfegruppe Hof**

Michaela Geiregger  
Tel.: 0664 457 03 42  
E-Mail: michaela.geiregger@gmail.com  
Gruppentreffen jeden 1. Montag  
im Monat um 19:00 Uhr  
Seniorenwohnheim St. Sebastian  
Brunnfeldstraße 1, 5322 Hof

#### **MS-Selbsthilfegruppe Pongau**

Michaela Schlager  
Tel.: 0676 457 87 77  
m.schlager@salzburger.hilfswerk.at  
Gruppentreffen jeden 2. Donnerstag  
im Monat von 16:00 bis 18:00 Uhr  
Hilfswerk St. Johann  
Hauptstraße 67,  
5600 St. Johann im Pongau

## **TIROL**



#### **Mein Stammtisch Landeck**

Judith Juen  
Tel.: 0664 437 24 28  
E-Mail: ms.meinstammtisch@gmail.com  
Gruppentreffen jeden 2. Freitag im  
Monat um 19:30 Uhr  
LEX&MEX  
Mühlkanal 1, 6500 Landeck

#### **MS-Selbsthilfegruppe Kufstein**

Lotte Plank  
Feldgasse 25,  
6330 Kufstein  
Tel.: 05372 639 22

#### **MS-Selbsthilfegruppe Kitzbühel**

Karin Kollmaier  
Drahtzug 11,  
6391 Fieberbrunn  
Tel.: 0676 771 35 58  
E-Mail: carin1962@gmx.at  
Gruppentreffen jeden 3. Mittwoch  
im Monat ab 14:00 Uhr  
Café des Altenwohnheims Kitzbühel

#### **MS-Selbsthilfegruppe Osttirol**

Peter Mair  
Nussdorf 101,  
9990 Nussdorf-Debant  
Tel.: 0664 266 79 74  
E-Mail: pete.mair@aon.at

#### **Young MS aktiv**

Claudia Struggl und Helmut Brunnen  
Sterzinger Weg 1,  
9900 Lienz  
Tel.: 0676 913 66 89

#### **MS-Club Rotes Kreuz Schwaz**

Gabriele Dierl  
Münchner Straße 25,  
6130 Schwaz  
Tel.: 05242 625 98  
bzw. 0676 847 14 41 91  
E-Mail: info@roteskreuz-schwaz.at

#### **MS-Youngsters Tirol**

Natascha Mark  
Tel.: 0699 10 11 43 92  
E-Mail: natascha.m@cni.at

#### **MS-Selbsthilfegruppe Innsbruck Stadt/Land**

Annelies Lagger  
Schubertstraße 16/1/3,  
6020 Innsbruck  
Tel.: 0512 56 59 21  
bzw. 0664 436 80 68  
E-Mail: a.lagger@gmx.at

#### **MS-Club Reutte**

Christine Fiegenschuh  
Schollenweg 3, 6600 Höfen  
Tel.: 05672 675 12  
bzw. 0664 567 11 97  
E-Mail: fam.fiegenschuh@hotmail.com

#### **MS-Selbsthilfe Zillertal**

**MS-Treff aktiv**  
Erika Taibon  
Gärtnerweg 8, 6263 Fügen  
Tel.: 0664 73 99 11 33  
E-Mail: taibon@aon.at

#### **Stammtisch MS-Gruppe**

Elvira Ladner  
Tel.: 05442 204 22

#### **MS-Selbsthilfegruppe Oberes Gericht**

Lebenshilfe Café Allegra  
Kabisreithweg 6, 6522 Prutz  
Ansprechperson: Marika Kathrein  
Tel.: 0650 924 09 59  
E-Mail: marika@rodel.at  
Gruppentreffen jeden 1. Dienstag im  
Monat von 14:00 bis 17:00 Uhr

## **VORARLBERG**



#### **MS-Selbsthilfegruppe Rheintal**

Helga Riedmann  
Lerchenfeldstraße 8a,  
6890 Lustenau  
Tel.: 05577 855 14  
bzw. 0680 533 67 58  
E-Mail: helga.riedmann@gmx.at

## **KÄRNTEN**



#### **MS-Stammtisch Oberkärnten**

Gernot Morgenfurt  
Techendorf 34,  
9762 Weißensee  
Tel.: 0699 12 25 83 00  
E-Mail: info@gernot-morgenfurt.at

**MS-Club Kärnten**

Dr. Wolf Dieter Vogelleitner  
Karlweg 11,  
9020 Klagenfurt  
Tel.: 0463 38 11 64  
E-Mail: wolf.vogelleitner@chello.at

**MS-Selbsthilfegruppe  
Spittal an der Drau**

Günter Lampert  
Fliederweg 135,  
9710 Feistritz an der Drau  
Tel.: 0650 902 79 64  
E-Mail: guenter.lampert@tele2.at

**Selbsthilfegruppe MS-Betroffene  
St. Veit an der Glan**

Martina Pretis  
Tannenweg 1/1,  
9300 St. Veit an der Glan  
Tel.: 0664 204 69 72

**Selbsthilfegruppe MS-Betroffene  
und Angehörige Klagenfurt**

Dachverband Selbsthilfe Kärnten  
Tel.: 0463 50 48 71  
Fax: 0463 50 48 71-24  
E-Mail: office@selbsthilfe-kaernten.at  
www.selbsthilfe-kaernten.at

**MS-Selbsthilfegruppe Völkermarkt**

Valentin Wutte  
Wildenstein 80,  
9132 Gallizien  
Tel.: 0664 407 13 00  
E-Mail: valentin.wutte@hotmail.com

**MS-Club Leoben**

Alfred Wabnegger  
Badgasse 10,  
8700 Leoben  
Tel.: 0676 842 82 41 00  
elfriede.hechenbichler@gmail.com

**STEIERMARK****MS-Selbsthilfegruppe  
Bruck-Mürzzuschlag**

Gernot Loidl  
Roseggerstraße 26, 8600 Bruck/Mur  
Gruppentreffen im Vital Café,  
Erzherzog-Johann-Gasse 1  
Tel.: 0664 168 60 70  
E-Mail: loidl\_gernot@a1.net

**MS-Club Graz und Umgebung**

Karl Reinisch  
Bodenfeldgasse 5, 8020 Graz  
Tel.: 0664 138 95 83  
E-Mail: reinisch.ke@chello.at

**MS-Club Steiermark**

Anni Reiterer  
Mantrach 24, 8452 Großklein  
Tel.: 0664 941 40 00

**Selbsthilfegruppe der MS-Kranken  
im Oberen Murtal**

Franz Miedl  
Hinteregg 51,  
8832 Oberwölz  
Tel.: 0680 111 84 35  
E-Mail: anni.hansmann@aon.at  
Website: www.ms-shg-oberesmurtal.at

**MS-Selbsthilfegruppe  
Ennstal-Ausserland-Pongau**

Susanne Wölger-Olivier  
Hall 6, 8911 Admont  
Tel.: 0680 206 96 80  
E-Mail: s.woelger@gmx.at

**MS-Selbsthilfegruppe  
Südoststeiermark**

Ing. Johannes Grünwald  
Altenmarkt 96, 8280 Feldbach  
Tel.: 0664 854 50 25  
suedoststeiermark@ms-selbsthilfe.at

**Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser!**

Sollte Ihnen auffallen, dass sich Daten bei den SHG geändert haben, ersuchen wir höflich um Meldung im Sekretariat der ÖMSG bei Andrea Dürmoser, Tel.: **01 40400-31230** oder per E-Mail: **office@oemsg.at**, damit wir immer auf dem aktuellsten Stand sein können. Danke für Ihre Mithilfe!

**Impressum:** Medieninhaber & Herausgeber: Österreichische MS-Gesellschaft. Für den Inhalt verantwortlich: Österreichische Multiple Sklerose Gesellschaft, 1097 Wien, Postfach 19, Tel.: 0664 368 60 01. Gestaltung: Dipl.-Ing. Miriam Fellinger. Druck: Print Alliance HAV Produktions GmbH, Bad Vöslau. Redaktion: Peter Lex. Lektorat: www.onlinelektorat.at. Verlag: MedMedia Verlag und Mediaservice GmbH, Seidengasse 9/Top 1.1, 1070 Wien, Tel.: 01 407 31 11, Fax: 01 407 31 14, E-Mail: office@medmedia.at, Website: www.medmedia.at. Projektleitung, Produktion, Kundenbetreuung: Friederike Maierhofer, Tel.: 01 407 31 11-20. Die gesetzliche Offenlegung gemäß § 25 Mediengesetz finden Sie unter www.medmedia.at/home/impressum. Die Zeitschrift „neue horizonte“ erscheint viermal jährlich und dient der Information von Multiple-Sklerose-Betroffenen in ganz Österreich. Einzelpreis: 2,50 Euro. Über zugesandte Manuskripte freut sich die Redaktion, sie behält sich aber vor, diese zu redigieren oder abzulehnen. Namentlich gekennzeichnete Artikel müssen nicht unbedingt der Auffassung der Redaktion entsprechen.

Aufgrund der besseren Lesbarkeit wird auf geschlechtsspezifische Bezeichnungen verzichtet.

# MS-Landesgesellschaften



## **MULTIPLE-SKLEROSE-GESELLSCHAFT WIEN**

Hernalser Hauptstraße 15–17, 1170 Wien

Tel.: 01 409 26 69, Fax: 01 409 26 69-20

E-Mail: [office@msges.at](mailto:office@msges.at), [www.msges.at](http://www.msges.at)

Öffnungszeiten Beratungszentrum: Mo, Di, Do 9:00–14:00 Uhr, Mi 9:00–16:00 Uhr, Fr 9:00–12:00 Uhr



## **LANDESGESELLSCHAFT NIEDERÖSTERREICH**

Landesklinikum St. Pölten, Neurologische Abteilung / 5. OG

Dunant-Platz 1, 3100 St. Pölten

Tel.: 02742 90 04-13085, Fax: 02742 90 04-15619

E-Mail: [renate.kuran@stpoelten.lknoe.at](mailto:renate.kuran@stpoelten.lknoe.at), <http://www.ms-gesellschaft.at>

Information: Di 8:45–11:30 Uhr und Fr 8:45–13:30 Uhr



## **LANDESGESELLSCHAFT BURGENLAND**

Sulzriegel 52, 7431 Bad Tatzmannsdorf

Tel.: 0664 122 62 36, E-Mail: [msges.bgld@gmx.at](mailto:msges.bgld@gmx.at)

[www.msges-bgld.at](http://www.msges-bgld.at)



## **LANDESGESELLSCHAFT OBERÖSTERREICH**

Wagner-Jauregg-Krankenhaus, Wagner-Jauregg-Weg 15, 4020 Linz

Mo–Do 9:00–14:00 Uhr, Tel.: 0680 205 77 48, Tel.: 05 05 54 62-32110

E-Mail: [msgesellschaft.NMC@kepleruniklinikum.at](mailto:msgesellschaft.NMC@kepleruniklinikum.at), [www.msges-ooe.at](http://www.msges-ooe.at)



## **LANDESGESELLSCHAFT SALZBURG**

A. ö. Tauernklinikum, Standort Zell am See, Abteilung für Neurologie

Paracelsusstraße 8, 5700 Zell am See

Tel.: 06542 777-0, E-Mail: [msg-salzburg@gmx.at](mailto:msg-salzburg@gmx.at)

Patientenbeirat: Astrid Reiser



## **LANDESGESELLSCHAFT TIROL**

Universitätsklinik für Neurologie

Anichstraße 35, 6020 Innsbruck

E-Mail: [office@msgt.at](mailto:office@msgt.at), [www.msgt.at](http://www.msgt.at)

Patientenbeirat: Marlene Schmid, Malser Straße 19/52/B, 6500 Landeck, Tel.: 0664 514 61 70



## **LANDESGESELLSCHAFT KÄRNTEN**

Landeskrankenhaus Klagenfurt

Sankt-Veiter-Straße 47, 9010 Klagenfurt

Tel.: 0463 538-2770, E-Mail: [joerg.weber@kabeg.at](mailto:joerg.weber@kabeg.at)



## **LANDESGESELLSCHAFT STEIERMARK**

Roseggerstraße 26, 8600 Bruck an der Mur

Gernot Loidl

Tel.: 800 311 340

E-Mail: [loidl\\_gernot@a1.net](mailto:loidl_gernot@a1.net)



# AKTIV MIT MS

Ihr persönliches  
Betreuungsnetzwerk



MS-Fachberater/in



Beratung am Telefon



Erfahrungsaustausch



Interaktivität



Materialien

 **aktiv mit ms**  
patientenservice

Rufen Sie gebührenfrei unser Aktiv mit MS Serviceteam unter **0800-201 905** an  
oder registrieren Sie sich gleich unter [www.aktiv-mit-ms.at](http://www.aktiv-mit-ms.at)

**teva**