

MS-Symptome und ihre Behandlung

Die Multiple Sklerose kann individuell sehr unterschiedliche Symptome verursachen. Weil die Nervenhüllen und Nervenfasern im zentralen Nervensystem beschädigt werden, können Impulse nicht mehr einwandfrei fließen. Die Beschwerden und die Symptome der betroffenen Person hängen davon ab, wo und wie stark das Gewebe geschädigt ist.

Das Wichtigste in Kürze

- MS-Betroffene erleben mehrere unterschiedliche Symptome.
- Symptome können sichtbar wie Gehstörungen oder nicht sichtbar wie Schmerzen sein.
- Auslöser der Symptome sind Entzündungen im zentralen Nervensystem.
- Behandlung ist möglich mit verschiedenen Methoden, Therapien und Medikamenten.

Bestimmte Regionen des zentralen Nervensystems werden bei der Multiplen Sklerose (MS) häufiger befallen als andere. Dazu gehören der Sehnerv, der Hirnstamm, das Kleinhirn und das Rückenmark. In anderen Hirnarealen bilden sich nur selten Entzündungsnarben (Läsionen). Deshalb treten die verschiedenen Symptome unterschiedlich oft auf. Die Symptome können im Verlauf des Tages schwanken. Die Ursache dafür kann eine erhöhte Körpertemperatur sein, verursacht durch Hitze oder Anstrengung.

Von einem MS-Schub spricht man, wenn sich Symptome über Stunden oder Tage entwickeln, wenn sie über 24 Stunden anhalten und wenn zwischen zwei Schüben mindestens ein Monat liegt. Zudem wird eine erhöhte Körpertemperatur oder Infektion als Grund der Symptome ausgeschlossen.

Während eines MS-Schubs werden die Symptome oft von einer einzigen Läsion verursacht. Ein nächster Schub kann entweder dieselben Symptome bringen oder durch neue Läsionen andere Beschwerden hervorrufen. Die ruhigen Phasen der Erkrankung zwischen den Schüben können beschwerdefrei sein. Verschwinden die Symptome trotz der Schubtherapie mit Kortison nicht, können gewisse Restbeschwerden bleiben.

Die meisten MS-Betroffenen erleben im Verlauf Ihrer Krankheit mehr als ein Symptom. Viele haben ähnliche Symptome, aber es gibt niemanden, der alle bekannten Symptome erlebt.

Diese Symptome treten häufig auf und beeinflussen die Lebensqualität der Betroffenen stark:



- Fatigue
- Probleme beim Gehen
- Spastik (Muskelsteife)
- Depression
- Schwäche und Schmerzen
- Blasen-/Darmstörungen
- Sexuelle Störungen

Sekundäre Symptome

Sekundäre Symptome nennt man Beschwerden, die nicht direkt durch eine Läsion der Multiplen Sklerose verursacht werden; es handelt sich um indirekte Folgen der chronischen Erkrankung. Beispiele dafür sind Schmerzen durch Fehlhaltungen, Wundliegen (Dekubitus), Versteifung der Gelenke (Kontrakturen) oder Knochenschwund (Osteoporose) wegen häufiger Kortisontherapien. Sekundäre Symptome können weitgehend vermieden werden, wenn sich MS-Betroffene von Fachpersonen betreuen lassen.

Behandlung der Beschwerden

Ein MS-Schub und seine akuten Symptome werden während weniger Tage mit hohen Kortisondosen behandelt (Infusion oder Tabletten). In der Regel geht der Schub dann schneller vorbei. Manchmal macht es Sinn, das Kortison länger anzuwenden. Weil aber der Krankheitsverlauf selbst mit einer Kortisontherapie nicht beeinflusst werden kann, ist eine Behandlung über mehrere Monate nicht sinnvoll.

Störende Symptome und Restbeschwerden sollten möglichst effizient behandelt werden. Eine gezielte und koordinierte Therapie durch Fachpersonen kann die Lebensqualität oft deutlich verbessern. Eine Therapie vereint meist verschiedene Fachbereiche wie Medizin, Physiotherapie und Ergotherapie, Logopädie, Rehabilitation, Neuropsychologie oder Psychotherapie.

Grosshirn

Müdigkeit (Fatigue)
Schlafstörungen
Depression
Kognitive Störungen
Verminderte Denk- und Konzentrationsfähigkeiten
Psychische Störungen

Kleinhirn

Doppelbilder
Störungen beim Sprechen, Schlucken, Hören
Koordinationsstörungen
Zittern, Bewegungsstörungen
Schwindel

Rückenmark

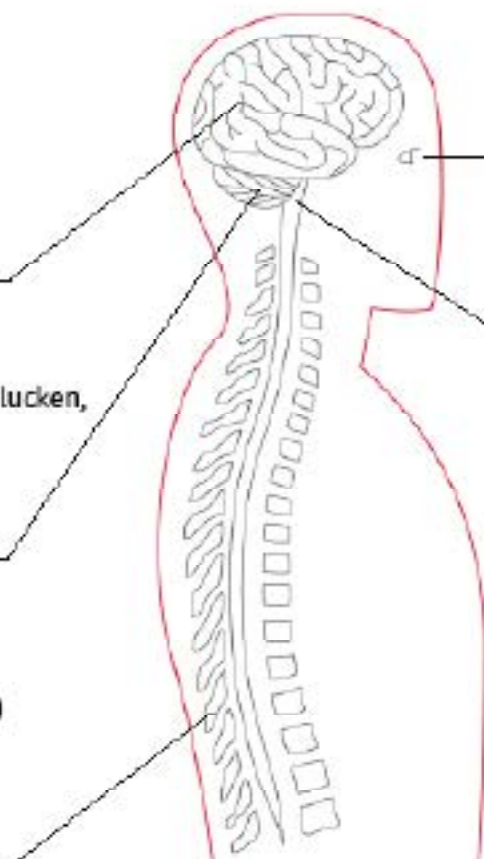
Gangstörungen
Schwäche und Lähmung
Muskelverkrampfung (Spastik)
Sensibilitätsstörung
Verspannung
Blasen-/Darmstörungen
Sexuelle Funktionsstörungen

Sehnerv

Sehstörung
Verschwommenes Sehen
Blindheit

Hirnstamm

Schluckbeschwerden
Atemnot
Mobilitätsstörungen der Augen



Symptome und ihre Behandlung von A bis Z

Nachfolgend finden Sie eine Auswahl der häufigsten MS-Beschwerden und deren Behandlungsmöglichkeiten. Bei gewissen Therapieformen sollten Sie vorgängig mit Ihrer Krankenkasse klären, ob diese die Kosten übernimmt.

■ Blasen- und Darmstörungen

Die häufigsten Blasenprobleme sind Störungen beim Speichern und Entleeren sowie Koordinationsprobleme zwischen Blasenwand und Schliessmuskel. Das führt zu häufigeren Toilettengängen, unwillkürlichem Urinabgang (Harninkontinenz) oder zu Infekten der Harnwege durch Resturin.

Zu den Darmstörungen zählen unwillkürlicher Abgang von Stuhl (Darminkontinenz) sowie Verstopfung, die mit Blähungen einhergehen kann. Reizleitungsstörungen im Blasen-Darm-Bereich sind komplex und sollten von Spezialisten abgeklärt werden (Urologie für Blasenprobleme, Gastroenterologie für Darmbeschwerden). Abhängig vom Untersuchungsergebnis stehen verschiedene Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung.

■ Fatigue

Diese rasche Ermüdbarkeit kann bereits früh im Krankheitsverlauf auftreten. Sie ist nicht vom Behinderungsgrad (EDSS) abhängig. Die Fatigue ist schwer zu beschreiben und für Ausenstehende kaum fassbar – so wie andere unsichtbare Symptome auch. Die Auswirkungen auf das Berufs- und Familienleben werden oft unterschätzt. Für die Fatigue gibt es verschiedene Therapieansätze:

Massnahmen:

- Fatigue als krankheitsbedingtes und typisches MS-Symptom erkennen, andere Ursachen ausschliessen
- Patienten, Angehörige und betreuende Fachpersonen aufklären
- Alltag kräftesparend strukturieren, Ruhepausen einplanen
- Moderates körperliches Training, anfangs Physiotherapie
- Hitze meiden

- Schlafstörungen behandeln
- Psychologische Strategien erarbeiten

Medikamente:

- Antriebssteigernde Psychopharmaka
- Neurostimulierende Substanzen

■ Gefühlsstörungen

Dazu gehören Kribbeln, «Ameisenlaufen», Taubheit, brennende Empfindungen oder Schmerzen (z. B. im Gesichtsnerv bei Trigeminusneuralgie oder Muskelschmerzen). Die Behandlung ist generell schwierig.

■ Kognitive und psychische Störungen

Damit sind Störungen des Denkens, Handelns, Lernens und Fühlens gemeint (z. B. schlechtes Erinnerungsvermögen, Depression). Sie sind bereits früh im MS-Verlauf möglich und sollten unbedingt angesprochen bzw. behandelt werden.

■ Schluckschwierigkeiten

Sie entstehen durch eine Teillähmung der dazu nötigen Muskulatur. Ein Training mit einer Logopädin kann helfen. In seltenen Fällen muss der Betroffene per Magensonde ernährt werden.

■ Schmerzen

Schmerzen durch MS sind häufig. Normale Schmerzmittel, die die peripheren Schmerzrezeptoren angreifen, wirken meist nicht. Neuralgien (Nervenschmerzen wie Trigeminusneuralgie) sprechen am besten auf Substanzen an, die auch bei Epilepsie verschrieben werden (Antiepileptika). Sie wirken zentral und beruhigen die Nervenbahnen. Dazu gehören zum Beispiel Carbamazepin (Tegretol®) oder Gabapentin (Neurontin®). Seltener werden Cannabinoide oder Opioide eingesetzt. Auch antidepressive Medikamente (z. B. Saroten®) können Schmerzen lindern. Hilfreich ist auch eine Capsaicin-Salbe oder -Tinktur zur lokalen Anwendung auf betroffenen Körperstellen.

Wichtig: Muskelsteife (Spastik) und eine veränderte Körperhaltung (z. B. durch Gangstörungen) können sekundäre Muskelschmerzen verursachen.

■ Schwäche

Schwäche oder Kraftlosigkeit entstehen, wenn Signale aus dem Gehirn nicht mehr richtig zum Muskel gelangen. Der gestörte «Input» lähmt den betroffenen Muskel teilweise oder ganz (Parese, Paralyse). Die Schwäche steht in Wechselwirkung mit Spastik und Müdigkeit, Medikamente können sie positiv beeinflussen. Wichtig: Wenn die Körpertemperatur beispielsweise wegen einer körperlichen Anstrengung um 0,5 Grad steigt, kann das die Schwäche bereits erheblich verstärken. Wer die Muskeln aufbauen und trainieren möchte, sollte das unter Anleitung einer auf MS spezialisierten Physiotherapeutin tun.

■ Schwindel

Präparate gegen Reisekrankheit sowie gegen Übelkeit und Erbrechen (Antiemetika) können bei akuten Schwindelanfällen mit Übelkeit helfen. Bei chronischem Schwindel sind Krankengymnastik und ergotherapeutische Übungen sinnvoll. Es gibt nur wenig medikamentöse Behandlungsmöglichkeiten.

■ Sehstörungen

Dazu zählen insbesondere verschwommenes Sehen, Doppelbilder, Sehnerventzündungen oder unwillkürliche Augenbewegungen wie Augenzittern (Nystagmus).

Trotz Kortisonbehandlung bleibt manchmal eine Sehschwäche zurück, die sich besonders in der Dämmerung bemerkbar macht oder als Löcher im Gesichtsfeld (Skotome) wahrgenommen wird. Bei Doppelbildern lernt das Gehirn meist, sie zu unterdrücken. Deshalb sollte das Abdecken eines Auges über längere Zeit verhindert werden. Brillenkorrekturen mit Prismen können hilfreich sein. Bei Augenzittern kann Clonazepam (Rivotril®) oder Gabapentin (Neurontin®) eingesetzt werden.

■ Sexuelle Funktionsstörungen

Impotenz, Libidoverlust und Gefühlsstörungen im Genitalbereich gehören dazu. Sexuelles Interesse und sexuelle «Leistungsfähigkeit» hängen von verschiedenen körperlichen und psychischen Faktoren ab. Abklärungen und Behandlungen sollten von entsprechenden Fach-

personen gemacht werden (Urologen, Psychologen, Sexualtherapeuten).

■ Spastik

Darunter versteht man eine veränderte Muskelspannung mit Steifheit und Krämpfen. Spastik kann den für Multiple Sklerose typischen steifen Gang verursachen.

Wichtig: Für einzelne Körperfunktionen kann Spastik eine positive Wirkung haben: Dank einer gewissen Steife können Betroffene beispielsweise ihre Beine belasten, die sonst zu schwach zum Stehen sind. Eine Therapie mit Antispastika kann diese Wirkung reduzieren und muss gut überlegt werden.

Massnahmen:

- Bewegungstherapie, Physiotherapie
- Schienen zum Stützen und Vorbeugen von Dauerverkürzung der Muskeln
- Therapeutisches Reiten (Hippotherapie)

Medikamente:

- Baclofen (z. B. Lioresal®)
- Tizanidin (Sirdalud®)
- Benzodiazepine (z. B. Valium®, Musaril®)
- Dantrolen (Dantamacrin®)
- Tolperison (Mydocalm®)
- Antiepileptikum Gabapentin (Neurontin®)
- Sehr sedierend, nur für nachts: Clonazepam (Rivotril®)
- Magnesium

Wenn sich die Symptome bei mittelschwerer bis schwerer Spastik trotz Therapie nicht verbessern, kann Cannabis als Wirkstoff ausprobiert werden (z. B. Sativex®). Der Behandlungserfolg ist sehr unterschiedlich.

Bei lokalisierter, schwerer Spastik kann eine Behandlung mit Botulinumtoxin (z. B. Botox®) helfen. Dabei lähmt man mittels Injektion einen Muskel oder eine Muskelgruppe für einige Wochen oder Monate. Langfristig kann bei schwerster Bein- und Rumpfspastik eine Medikamentenpumpe implantiert werden.

■ Sprachstörungen

Möglich sind langsames, undeutliches, verwaschenes Sprechen sowie eine Veränderung

des Sprachrhythmus. Sprache und Sprechen werden von verschiedenen Hirnarealen gesteuert, und dementsprechend gibt es bei MS viele Arten von Störungen.

Massnahmen:

- Logopädie, um die Zungen- und Mundmuskeln zu trainieren
- Gezielter Einsatz gewisser Atemtechniken
- Buchstabenbrett als Verständigungshilfe
- Elektronische Kommunikationshilfsmittel

■ **Temperaturempfindlichkeit**

Hitze verlangsamt die Leitfähigkeit der Nerven (Uhthoff-Phänomen) und kann Symptome auslösen oder verstärken. Das Phänomen lässt sich beheben, erfordert jedoch Kühlung, zum Beispiel im Schatten, mit kalten Bädern oder speziellen Kühlkleidern.

■ **Zittern (Tremor)**

Tremor geht oft mit Gleichgewichtsstörungen einher und kann schwer zu behandeln sein. Es gibt viele verschiedene Arten von Tremor; einige sind sehr behindernd, andere nur irritierend. Eine exakte Diagnose ist wichtig.

Massnahmen:

- Gleichgewichts- und Koordinationsübungen (eventuell mit Physiotherapeuten)
- Mechanische Hilfsmittel: z. B. Stilllegen der Extremität mit Schiene oder Gewicht («Weighting»)
- Bei sehr schwerem, therapieresistentem Tremor können mikrochirurgische Eingriffe am Gehirn infrage kommen (Thalamus-Stimulation, Thalamotomie)

Medikamente:

- Propranolol (Inderal®)
- Clonazepam (Rivotril®)



A red rectangular graphic with a white telephone handset icon at the top. Below the icon, the text reads: "MS-Infoline", "0844 674 636", and "Mo – Fr von 9.00 bis 13.00 Uhr".



Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft

Josefstrasse 129, Postfach, 8031 Zürich

T 043 444 43 43

info@multiplesklerose.ch, www.multiplesklerose.ch



Die MS-Gesellschaft nimmt keine finanzielle Unterstützung von der pharmazeutischen Industrie entgegen. Danke für Ihre Spende!