



Consulenza competente per la SM

La sclerosi multipla influisce su diversi ambiti della vita e pone sia le persone colpite sia i loro familiari di fronte a importanti ostacoli sul piano fisico, psichico e sociale. Per questo i servizi di consulenza offerti dalla Società svizzera sclerosi multipla sono variegati e prendono in considerazione le molteplici ripercussioni della malattia. Il team, composto da specialisti nei settori della medicina, della cura e dell'assistenza sociale, sostiene e affianca le persone con SM e i loro familiari, offrendo allo stesso tempo servizi di consulenza gratuiti a datori di lavoro e ad altri specialisti.

I punti più importanti in sintesi

- La Società SM offre un servizio di consulenza gratuita alle persone colpite, ai familiari e agli specialisti.
- Nell'ambito si avvale di specialisti nei settori della medicina, della cura e dell'assistenza sociale.
- La consulenza si svolge di persona, per telefono, in forma scritta o online.
- Il primo punto di riferimento per tutte le domande è rappresentato dalla Infoline SM.

La sclerosi multipla (SM) è una patologia cronica che accompagna le persone colpite e i loro familiari per tutta la vita, influenzando svariati ambiti quali il lavoro, le finanze, la famiglia, il rapporto di coppia, il tempo libero, la mobilità e persino la percezione di sé, che di colpo non sono più come prima. Per le persone a cui viene diagnosticata, la SM significa dover affrontare importanti cambiamenti. I disturbi o il peggioramento delle condizioni di salute possono ripercuotersi in maniera complessa a differenti livelli. Le persone con SM e i loro familiari devono adattarsi di volta in volta alla nuova situazione, apportando continui cambiamenti.

Ricevere le informazioni necessarie e la giusta consulenza è fondamentale

La Società SM mette a disposizione un team di consulenza interdisciplinare formato da assistenti sociali e infermieri specializzati in grado di supportarvi nella vostra convivenza con la SM. A seconda della situazione, riceverete una consulenza telefonica, per iscritto, di persona oppure online, da soli o insieme ad altre persone di riferimento. Il servizio di consulenza è offerto a titolo gratuito.

Se necessario, la Società SM può mettervi in contatto con partner di consulenza esterni specializzati nel fornire supporto alle persone con SM. Tra



questi rientrano, ad esempio, il «Gruppo specializzato fisioterapisti sclerosi multipla» (GSFSM), il «Gruppo specializzato di psicoterapia e neuropsicologia per pazienti affetti da SM», la rete di istruttori Kinaesthetics o la consulenza legale per disabili di Inclusion Handicap/Inclusione handicap Ticino, ove trovate interlocutori preparati in grado di aiutarvi nei singoli casi. La Società SM offre sostegno a queste organizzazioni sia sul piano concettuale che economico.

Il vostro primo punto di riferimento: la Infoline SM

Tramite la Infoline SM potete mettervi in comunicazione con la Società svizzera SM per un primo contatto telefonico. Il team di consulenti risponderà alle vostre domande e si occuperà di voi. Se è necessaria un'ulteriore consulenza, sarete messi in contatto con una o un consulente personale.



Infoline SM (in italiano): 091 922 61 10

Infoline SM (in tedesco): 0844 674 636

Infoline SEP (in francese): 0844 737 463

Modalità e sedi di consulenza

Le consulenze si svolgono per telefono, in forma scritta, tramite e-mail, video o chat oppure nell'ambito di colloqui individuali.

I colloqui di consulenza personali si svolgono nei Centri SM di Zurigo, Losanna o Lugano, a seconda della regione linguistica. In caso di questioni specifiche, è possibile concordare anche sedi adatte alle esigenze individuali.

Inoltre, diverse città in tutta la Svizzera forniscono consulenze sociali per la SM. Per maggiori infor-

mazioni su sedi e appuntamenti, visitate il nostro sito web: www.sclerosi-multipla.ch.

I nostri servizi

■ Consulenza sociale

Le e gli assistenti sociali del team di consulenza vi forniscono un sostegno competente su questioni relative al lavoro, alla carriera, alla famiglia, alle assicurazioni sociali, all'abitazione, alla vostra situazione finanziaria, ecc.

Temi frequenti:

- Volete o dovete riconsiderare la vostra situazione professionale.
- Necessitate di mezzi ausiliari o di apportare modifiche alla vostra situazione abitativa.
- Avete bisogno di sostegno o di cure domiciliari.
- Volete alleggerire il carico che pesa sui vostri familiari.
- Volete o dovete riconsiderare la vostra situazione finanziaria.
- Avete bisogno di consulenza sulle prestazioni delle assicurazioni sociali (assicurazione invalidità, cassa pensione, cassa malati, ecc.).
- State pianificando un viaggio o le vacanze e avete necessità di informazioni o aiuto.

■ Consulenza in materia di assistenza e di terapie mediche

Le infermiere e gli infermieri specializzati forniscono informazioni in merito agli aspetti di carattere medico e infermieristico legati alla SM, offrendovi una consulenza individuale riguardo ai vostri dubbi e preoccupazioni e aiutandovi ad affrontare la malattia. Il team di consulenti della Società svizzera SM dispone di un'ottima rete formata da altri specialisti in grado di rispondere a questioni specifiche.

Temi frequenti:

- Questioni relative alla vita di tutti i giorni su esercizio fisico, mobilità, sport, vacanze, alimentazione, ecc.

- Richiesta e sviluppo di strategie per la gestione della SM.
- Preparazione ad affrontare colloqui difficili con medico, Spitex e con altre persone.
- Informazioni sulla possibilità di diagnosi e trattamento dei sintomi, misure assistenziali e terapeutiche.
- Desiderio di maternità, pianificazione familiare.
- Gravidanza, nascita, allattamento.
- Mezzi ausiliari.
- Metodi di trattamento complementari.
- Terapie farmacologiche e impiego dei farmaci.
- Consulenza indipendente sull'uso dei medicinali.
- Assistenza e supporto per terapie a lungo termine.
- Istruzioni sull'uso dei farmaci (ad es. iniezioni).
- Illustrazione dei mezzi ausiliari.
- Gestione dei possibili effetti collaterali.
- In viaggio con i farmaci.
- Mantenimento della motivazione.

■ **Consulenza psicosociale**

Il team di consulenti della Società svizzera SM offre sostegno a voi e ai vostri familiari in colloqui individuali, di famiglia o di coppia.

Temi frequenti:

- Avete bisogno di supporto per affrontare situazioni difficili.
- Volete chiarimenti in merito a sintomi quali affaticamento, depressione, paura o disturbi cognitivi.
- Affrontate da poco la SM e desiderate potervi confrontare con una o uno specialista in merito ai vostri pensieri ed emozioni.
- Il peso della SM si ripercuote sul vostro o sulla vostra partner, sulla vostra famiglia o cerchia di conoscenti.
- La malattia vi spinge continuamente al limite e cercate una strada per affrontare le sfide di tutti i giorni senza stress.

Il nostro team di consulenti è a disposizione delle persone con SM e dei loro familiari in qualsiasi momento per un primo colloquio o per una valutazione. In caso di necessità, sarete indirizzati a psicoterapeuti nella vostra zona, principalmente membri del «Gruppo specializzato di psicoterapia e neuropsicologia per pazienti affetti da SM». I costi delle psicoterapeute e degli psicoterapeuti saranno coperti dall'assicurazione malattia obbligatoria. A tal proposito, sarà quindi necessaria una prescrizione medica da parte di medici di base o specialisti in psichiatria e psicoterapia. Se la vostra assicurazione malattia rifiuta di assumersi i costi, potete rivolgervi all'Infoline SM. Il fondo di sostegno della Società svizzera SM vi può dare una mano per quanto riguarda il finanziamento.

■ **Consulenza per i familiari**

I partner, i familiari stretti e le altre persone vicine devono confrontarsi con le svariate problematiche e difficoltà poste dalla SM, che diventano ancor più importanti laddove essi si fanno carico degli aspetti pratici dell'assistenza. Anche per queste persone la Società svizzera SM mette a disposizione servizi di consulenza e colloqui a titolo gratuito.

Temi frequenti:

- Mezzi ausiliari.
- Servizi assistenziali di supporto.
- Chiarimento di problematiche complesse.



- Delineazione di possibili soluzioni.
- Elaborazione di azioni mirate per alleggerire i vostri compiti.
- Misure di appoggio e sostegno.
- Colloqui chiarificatori e di rete per il coordinamento dei compiti.
- Gestione del ruolo di familiare curante.
- Accrediti per l'assistenza e per l'impiego personale di Spitex.

Informazioni e confronto sulla SM

Lo scambio di informazioni e il confronto sono due aspetti fondamentali nella quotidianità di chi convive con la sclerosi multipla. Per questo la Società svizzera SM offre alle persone colpite e ai loro familiari diverse possibilità:

Sul nostro sito web www.sclerosi-multipla.ch potete trovare informazioni documentate sul tema della SM.

Se lo desiderate, potete anche abbonarvi alla nostra [Infoletter SM](#) oppure unirvi alla «[Community SM](#)», un forum online dove avrete la possibilità di confrontarvi con altre persone colpite da SM o con i loro familiari e allacciare contatti.

Sul nostro sito, nella sezione «[Cosa offriamo](#)», potete scaricare i nostri fogli informativi «[Info-SM](#)» e altri documenti. Trovate inoltre informazioni su manifestazioni, attività dei Gruppi regionali e gruppi di auto-aiuto.

Infine, sul nostro [canale YouTube](#) «Società svizzera sclerosi multipla» trovate webinar e brevi contributi video.



Infoline SM

091 922 61 10

Lunedì – giovedì,
ore 10.00 - 12.00 e 13.00 - 17.00
(chiuso il mercoledì pomeriggio e venerdì)



Società svizzera sclerosi multipla

Via S. Gottardo 50 / 6900 Lugano - Massagno

Informazioni: www.sclerosi-multipla.ch / 091 922 61 10

info@sclerosi-multipla.ch



La Società SM non accetta alcun sostegno finanziario dall'industria farmaceutica. Grazie per la Vostra donazione!