



ARBEITEN MIT MULTIPLER SKLEROSE (MS)

TIPPS UND INFORMATIONEN FÜR DEN BERUFSALLTAG

Die Multiple Sklerose (MS) ist eine chronische fortschreitende, neurologische Erkrankung. Sie manifestiert sich bei jedem Menschen anders und kann viele Lebensbereiche beeinflussen. Gehirn, Sehnerv und Rückenmark bilden zusammen das zentrale Nervensystem (ZNS). Die Zellen des Gehirns senden Impulse in den Körper und steuern so die verschiedenen Körperteile und Organe. In umgekehrter Richtung ermöglichen uns Signale aus den Sinnesorganen, die Aussen- und Innenwelt wahrzunehmen. Nervenimpulse wandern entlang von Nervenfasern, welche dick «isoliert» sind (Myelin). Bei MS wird diese Isolationsschicht irrtümlicherweise vom eigenen Immunsystem angegriffen (Autoimmunvorgang). Es bilden sich lokale Entzündungsherde und die Myelinschicht wird geschädigt. Dadurch treten Störungen in der Nervenimpuls-Weiterleitung auf, was unterschiedliche Symptome verursachen und zu Behinderung führen kann. Diese betreffen verschiedene Körperfunktionen wie z. B. Seh- und Gleichgewichtsstörungen, Lähmungen, Gehprobleme, Schmerzen oder Blasen- und Darmstörungen. MS-Betroffene leiden zusätzlich oder manchmal sogar ausschliesslich unter sogenannten unsichtbaren Symptomen wie Fatigue (extreme Müdigkeit), Depressionen oder Sensibilitäts- und Konzentrationsstörungen. Es gibt milde und schwere Verläufe. Weniger als die Hälfte aller an MS Erkrankten sind auf einen Rollstuhl angewiesen.

Ursachen für MS

Gemäss der Schweizerischen MS-Gesellschaft sind trotz intensiver Forschung die genauen Ursachen von MS nicht bekannt. Die Diagnose der schweren chronischen Erkrankung tritt meistens zwischen dem 20. und 40. Altersjahr auf. Frauen sind wahrscheinlich aus hormonellen Gründen mehr als doppelt so häufig betroffen wie Männer.

MS verläuft in Schüben und/oder kontinuierlich fortschreitend. Bis heute gibt es keine Therapie, die MS heilen kann. Es gibt jedoch Medikamente, die den Verlauf bremsen und die Symptome mindern können. Akute Schübe werden mit Kortison behandelt, so dass die Entzündungsherde und die damit verbundenen Beschwerden schneller abklingen.

Auswirkungen der Beeinträchtigung

Die Auswirkungen von MS auf eine berufliche Tätigkeit sind sehr individuell und schwierig einzuschätzen. Wichtig ist Offenheit und Transparenz zwischen den beeinträchtigten Arbeitnehmenden und Arbeitgebenden betreffend Bedürfnissen und Anforderungen. Ebenso kann eine gezielte Fachberatung durch die MS-Gesellschaft (in Zusammenarbeit mit Profil) dem Arbeitgeber bei der Gestaltung des Arbeitsverhältnisses helfen.

MS bedeutet nicht automatisch Leistungsunfähigkeit bzw. -einschränkung. MS-Betroffene sind oft sehr engagiert. Nicht zuletzt aufgrund der Diagnose sind sie besonders pflichtbewusst und zuverlässig.

Informationen zur Unterstützung im Arbeitsalltag

Der Umgang mit der Krankheit MS fordert von allen Beteiligten viel ab. Der Verlauf kann nicht klar vorausgesagt werden. Zu dieser Unsicherheit kommt der Verlust von Fähigkeiten dazu. Und gerade im beruflichen Umfeld sind die unsichtbaren Symptome eine grosse Herausforderung.

Es gilt mit Betroffenen abzuklären, welche Hilfsmittel eingesetzt werden könnten. Der Arbeitsplatz soll optimal eingerichtet und die Arbeitszeitgestaltung geplant werden. Fragen rund um die Sozialversicherungen sollten geklärt sein. Betreffend dem mit MS zusammenhängenden «Fatigue» (extreme Müdigkeit, Erschöpfung) sind Ruhepausen und/oder Ruheräume

sinnvoll. Blasenstörungen – immer noch ein Tabu – im Zusammenhang mit Gehschwierigkeiten und Gleichgewichtsstörungen/Schwindel bedingen eine gut erreichbare Toilette. Es muss mit schubbedingten Absenzen gerechnet werden, wobei eine gegenseitige Offenheit hilft, verständnisvoll damit umzugehen.

Weitere Tipps

Eine offene, tolerante und wertschätzende Unternehmenskultur, die alle Mitarbeitenden mit und ohne Handicap so akzeptiert wie sie sind, hat einen positiven Effekt auf die Belegschaft, die Innovationskraft und den Unternehmenserfolg.

Fördernde Faktoren

- Offenheit und Transparenz
- Vertrauen
- Gutes Energiemanagement, Ruhepausen
- Ergonomisch angepasster Arbeitsplatz
- Ruhige Arbeitsatmosphäre
- Kräfteschonende Hilfsmittel
- Gut erreichbare Toilette (Tabu Blasenstörungen)
- Ruheraum, Möglichkeit zum Rückzug
- Möglichkeit für Homeoffice

Herausforderungen

- Interpretationen und Unwissen
- Misstrauen im Team
- Reizüberflutung
- Stress und Lärm
- Unruhe im Grossraumbüro
- Zu lange Distanzen
- Arbeitskonflikte und nicht verstehen von Absenzen
- Bauliche Hindernisse und Hürden

Suchen Sie das Gespräch bei:

- Rückzug im Team
- Zusätzlich zur MS depressiven Verstimmungen und Depressionen
- Heftigen Reaktionen bei Erwartungs- und Zeitdruck
- Sehr vielen Absenzen
- Mangelnder Offenheit über Krankheitsverlauf

Weitere Infos / Fachorganisationen

Schweizerische MS-Gesellschaft
Telefon 043 444 43 43, info@multiplesklerose.ch
www.multiplesklerose.ch

Informationsportal für Arbeitgebende zur beruflichen (Wieder-)Eingliederung, www.compasso.ch

Quellen: Fachinformationen der Schweizerischen Multiple Sklerose Gesellschaft

Stiftung Profil – Arbeit und Handicap

Die FachberaterInnen der Stiftung Profil – Arbeit & Handicap unterstützen Betroffene, Arbeitgeber und Auftraggeber bei allen Themen rund um Beeinträchtigung, Ausbildung und Arbeit. Melden Sie sich bei uns, wenn Sie Fragen haben!

Telefon 058 775 20 20, info@profil.ch, www.profil.ch

