Du hast 1.000 Seiten – MS ist nur eine. Gestalte sie selbstbestimmt



Die Diagnose MS bedeutet nicht, dass du deine Träume oder Pläne aufgeben musst

Heute gibt es viele Optionen moderner Therapien, die dich dabei unterstützen, dein Leben aktiv zu gestalten.

Jetzt Therapieoptionen entdecken!

Verlier keine Zeit

Eine frühzeitige Therapie kann den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen.

Geh aktiv ins Arztgespräch

Sprich offen über deine Ziele und Wünsche. Gemeinsam findet ihr eine passende Behandlung.

Bleib im Alltag flexibel

Moderne Therapien können flexibel an dein Leben angepasst werden.

Du hast weitere Fragen? Kontaktiere den Medizinischen InfoService

0911 - 273 12 100*
* Mo.–Fr. von 8:00 bis 18:00 Uhr

infoservice.novartis@novartis.com

NOVARTIS Novartis Pharma GmbH Nürnberg

www.msundich.de

FA-11690565 7106425 05/26

MS & ich
Ich mach meinen Weg

Gemeinsam entscheiden – dein Leben mit MS aktiv gestalten



Warum ein früher Therapiebeginn bei MS entscheidend ist

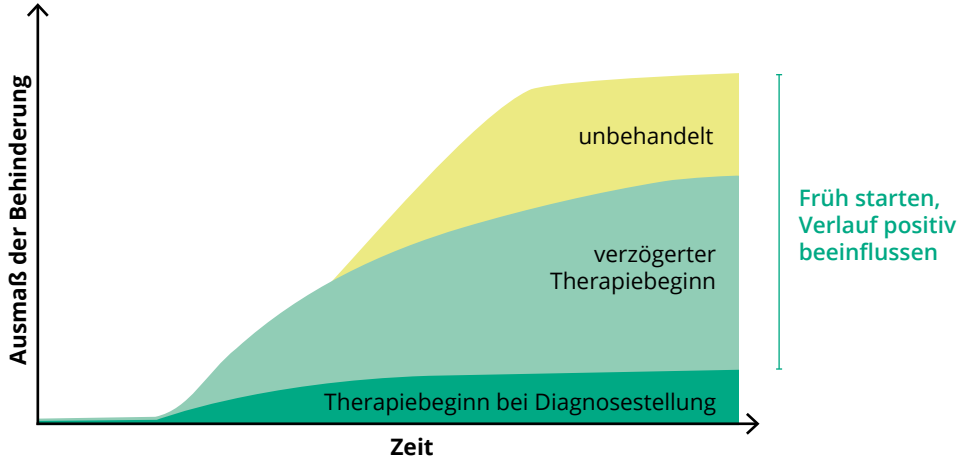
Ziel jeder **MS-Therapie** ist es, Entzündungen und langfristige Nervenschäden zu verhindern. Je früher eine **Behandlung** startet, desto besser kann das Fortschreiten der Erkrankung aufgehalten werden.

Studien belegen: Ein früher Einsatz einer hocheffektiven Therapie kann dazu beitragen, die MS langfristig zu bremsen – und damit die **Lebensqualität** zu verbessern.*

Darum lohnt es sich, bereits ab der Diagnose mit deinem Behandlungsteam über Therapieoptionen zu sprechen, die zu deinen Bedürfnissen und Therapiezielen passen.

* Spelman T, et. al, Jama Neurol 2021; 78: 1197–1204.

Krankheitsverlauf bei MS in Abhängigkeit vom Therapiebeginn
bei schubförmig remittierendem Verlauf (RRMS)



Adaptiert nach: Butzkueven H, et al. Mult Scler Relat Disord. 2025; 101: 106456.

Schiebe Veränderungen deiner MS nicht beiseite, auch kleine Veränderungen können wichtig sein

In Phasen, in denen es dir gut geht, kann deine MS dennoch aktiv sein. Deshalb lohnt es sich, aufmerksam zu bleiben.

Scanne den QR-Code und entdecke die Tools von MS & ich zur Vorbereitung auf dein nächstes Arztgespräch:

- MS-Symptomkompass
- MS-Therapiekompass
- Frageliste zur Therapie

So behältst du den Überblick über deine Symptome:

1. Achte auf dein Körpergefühl – hinhören, hinfühlen, handeln.
2. Notiere jedes neue oder veränderte Symptom. Auch kleine Beobachtungen sind wichtig.
3. Sprich die Symptome im nächsten Arztgespräch aktiv an.

Symptome bewusst wahrnehmen, notieren und aktiv ansprechen



Der **MS-Symptomkompass** unterstützt dich dabei, Symptome bewusst wahrzunehmen, zu dokumentieren und gut vorbereitet ins Gespräch zu gehen.

Gestalte dein Arztgespräch aktiv und treffe die Therapieentscheidung gemeinsam mit deinem Arzt/deiner Ärztin

Deine Ziele als Basis für deine Therapiewahl

Die Wahl einer Behandlung wird am besten gemeinsam getroffen – medizinisch fundiert und passend zu deinem Leben und den persönlichen Therapiezielen.

Diese gemeinsame Entscheidungsfindung zwischen Ärzt*innen und Patient*innen bei konkreten Behandlungsoptionen nennt man **Shared Decision Making (SDM)**. Das kann deinen Behandlungserfolg entscheidend verbessern und deine Lebensqualität langfristig erhöhen.

So kannst du dich auf dein nächstes Arztgespräch vorbereiten:

4. Informiere dich vor dem Termin über aktuelle Therapieoptionen.
5. Überlege, was dir im Alltag wichtig ist.
6. Notiere deine Erwartungen an deine Therapie und deren Ziele.

Klare Fragen im Arztgespräch formulieren

Therapieentscheidung gemeinsam treffen



Mit der **Frageliste zur Therapie** und dem **MS-Therapiekompass** kannst du im Gespräch klar formulieren, was dir wichtig ist.