

CHECKLISTE

- 6 Sorgen mitteilen**
Du hast Angst vor Nebenwirkungen? Oder denkst, die Therapie wirkt nicht richtig? Sprich mit Deinem Behandlungsteam. Eine offene Kommunikation ist ein wichtiger Baustein für eine erfolgreiche Therapie.

- 7 Austausch**
Suche Dir eine Gruppe mit Gleichgesinnten und tausche Dich aus – das Thema Adhärenz beschäftigt viele Menschen.



Erfahre mehr über die stille Progression und wie Du sie mit einer hochwirksamen MS-Therapie bremsen kannst – in unserem **WISSEN KOMPAKT** „Krankheitsprogression bei MS“.



„Nur was Du konsequent anwendest, kann auch richtig wirken.“

- 8 Dranbleiben**
Dir geht es gut und Du spürst keine Symptome? Warum die Therapie also weiterhin anwenden? Mach Dir bewusst: Die Therapie wirkt und deshalb geht es Dir gut! Gerade bei MS ist das konsequente Befolgen des Therapieplans die Voraussetzung, um sichtbare, aber auch unsichtbare Krankheitsaktivität zu unterdrücken, den Krankheitsverlauf zu bremsen und Beeinträchtigungen vorzubeugen.

Du suchst weitere Informationen rund um MS? Dann melde Dich bei unserem kostenlosen Patientenprogramm an:

trotzms MEIN SERVICE

Kostenlos erreichbar unter:

0800.1010800

Montag–Freitag von 8–18 Uhr
Unser Team ist für Dich da!

  @trotz_ms
 @trotzms

Roche Pharma AG
Patient Partnership Neuroscience
Emil-Barell-Straße 1
79639 Grenzach-Wyhlen, Deutschland

© 2026

www.roche.de

Bildnachweise: © CnOra; MirageC; Kosamtu / Getty Images, privat

trotzms

Roche



WISSEN KOMPAKT

Adhärenz bei MS

M-DE-00029037



INTERVIEW

Die Rolle von Adhärenz bei MS

Dr. Daniela Rau, Fachärztin in der Nervenfachärztlichen Gemeinschaftspraxis in Ulm, erklärt, warum Therapietreue bei MS so wichtig ist und wie sie gelingt.

Im Reel von Kevin Hoffmann (@kevin_kaempferherz) erhältst Du hilfreiche Tipps, wie Du motiviert bei Deiner MS-Therapie bleibst.



Warum ist Adhärenz so wichtig?

Therapien können nur richtig wirken, wenn Medikamente zuverlässig eingenommen und die zwischen Patient und Arzt getroffenen Vereinbarungen eingehalten werden. Das Ziel der Adhärenz ist, eine Progression der MS so weit wie möglich zu vermeiden und dabei das Maximum an Lebensqualität für die Patienten beizubehalten.

Welche Faktoren der Therapie sind besonders wichtig für eine gute Adhärenz?

Bei einer langfristigen Therapie gibt es mehrere Faktoren: Wie häufig muss das Medikament eingenommen werden? Wie wird es verabreicht? Was sind eventuelle Nebenwirkungen und wie lange bleiben sie bestehen?

All diese Punkte müssen mit dem Alltag des Patienten zu vereinbaren sein. Ansonsten ist die Wahrscheinlichkeit der Non-Adhärenz – also das Nicht-Einhalten der Therapie – von vornherein groß. Auch andere persönliche Faktoren spielen dabei eine Rolle,

wie zum Beispiel das Alter, die Lebenssituation und die Flexibilität.

Ein ebenso wichtiger Punkt ist die Aufklärung der Patienten. Je besser sie ihre Therapie verstehen und einschätzen können, was sie von ihr erwarten können und was nicht, desto höher ist auch die Bereitschaft, der Therapie treu zu bleiben.

Warum sind Menschen mit MS nicht adhären und wie können sie das ändern?

Eine Non-Adhärenz kann verschiedene Gründe haben. Oft ist das eine Krankheitsprogression, obwohl der Patient adhären war, oder er toleriert die Nebenwirkungen nicht mehr oder hat Angst vor eventuell auftretenden Nebenwirkungen. Ein anderer Grund wäre, dass es dem Patienten dank der Therapie so gut geht, dass er sich fragt, warum er die Therapie weiter einnehmen sollte. Und manche wiederum vergessen einfach die Einnahme. Wichtig ist, dass der Patient sich bei Problemen – egal welcher Art – an seinen Arzt wendet.

Denn nur wenn der Grund für die Non-Adhärenz bekannt ist, können Patient und Arzt gemeinsam etwas dagegen unternehmen. Eine offene Kommunikation ist der Schlüssel zum Erfolg.



Was bedeutet Adhärenz?

Adhärenz bedeutet, dass Du die gemeinsam mit Deiner Ärztin oder Deinem Arzt vereinbarten Absprachen einhältst. Du verhältst Dich also adhären, wenn Du Deine Therapie so wie verordnet anwendest. Dazu gehören auch begleitende ärztliche Empfehlungen wie regelmäßige Kontrolluntersuchungen oder Änderungen Deines Lebensstils, beispielsweise durch eine Ernährungsumstellung oder mehr Bewegung.

CHECKLISTE

So klappt es mit der Adhärenz

- 1 Mitentscheiden**
Informiere Dich über Deine Therapieoptionen. Je besser Du über Wirkweise sowie Anwendungsform und -häufigkeit Bescheid weißt, desto informierter kannst Du gemeinsam mit Deinem Behandlungsteam über die Therapie entscheiden – und desto leichter fällt Dir die Adhärenz.
- 2 Passende Therapie**
Mit einer Therapie, die zu Dir und Deinem Leben passt, fällt Adhärenz leichter. Es gibt hochwirksame Therapien mit einer langen applikationsfreien Zeit. So wirst Du nicht ständig an Deine MS erinnert und Du hast den Kopf frei für andere Dinge.
- 3 Motivation**
Mach Dir klar, warum Du adhären bleiben möchtest. Therapietreue sorgt für eine optimale Wirkung der hochwirksamen Therapie: Das Fortschreiten der MS wird bestmöglich gebremst. Du bist adhären für Dich, Deine Gesundheit, Dein Leben.
- 4 Gründe verstehen**
Du bist nicht adhären, aber weißt gar nicht so genau, warum? Dein Behandlungsteam kann Dir helfen, die Ursachen zu verstehen und Lösungen zu finden.
- 5 App als Erinnerungshelfer**
Du möchtest adhären sein, aber vergisst es? Apps wie die kostenlose MS-App Brisa® können Dich an Behandlungs- und Kontrolltermine erinnern. Probiere es aus:

Tipp: In unserem **WISSEN KOMPAKT** „MS-Therapie: Du hast die Wahl“ findest Du eine Entscheidungshilfe.



Lade Dir die **kostenlose Brisa®-App** im Store herunter! Ein Produkt der Temedica in Kooperation mit Roche



Weiter gehts auf der nächsten Seite