

**LERNE AUS DER
Vergangenheit,
ABER MACH SIE
nicht zu Deiner
Gegenwart.**

trotzms

*Du hast noch
Fragen rund um das
Thema Adhärenz?*

*Dann
melde Dich:*

Unser Team ist Mo – Fr
von 8 – 20 Uhr für Dich da.

 **0800.1010800**

Deine kostenlose Servicenummer

**trotzms
MEIN SERVICE**

**Du möchtest
up to date bleiben?**

↙ Erfahre mehr auf
www.trotz-ms.de oder folge uns
auf Social Media **@trotz_ms**



.....

Spotify Playlist
„ich bleibe ich – trotz ms“



Halte einfach Deine
Handykamera über
den QR-Code und
schon landest Du auf
unserer Website!



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

© 2021

www.roche.de

trotzms

Roche



**ADHÄRENZ
BEI MS**

WISSEN KOMPAKT

#7



DIE ROLLE VON ADHÄRENZ BEI MS

Warum ist Adhärenz so wichtig?

Therapien können nur richtig wirken, wenn Medikamente zuverlässig eingenommen und die zwischen Patient und Arzt getroffen

fenen 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



DR. DANIELA RAU, FACHÄRZTIN IN DER NERVEN-FACHÄRZTLICHEN GEMEINSCHAFTSPRAXIS IN ULM, ERKLÄRT, WARUM THERAPIETREUE BEI MS SO WICHTIG IST UND WIE SIE GELINGT.

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 manche MS-Patienten nicht adhärenz und wie können sie das ändern?

Eine Non-Adhärenz kann verschiedene Gründe haben. Oft ist das eine Krankheitsprogression, obwohl der Patient adhärenz 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.

Das ganze Gespräch mit Frau Dr. Daniela Rau kannst Du Dir bei **trotz ms DER PODCAST** auf unserer Website oder auf allen gängigen Podcast Plattformen anhören. ♦

Was bedeutet Adhärenz?

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

Tipps für eine BESSERE ADHÄRENZ



1. ERINNERUNGSHelfER

Du vergisst die Einnahme Deiner Medikamente oder Termine beim Arzt? Mach Dir eine Erinnerung in Deinem Handy oder lade Dir eine entsprechende App herunter. Sprich in jedem Fall mit Deinem Arzt über diese Schwierigkeiten. Gemeinsam könnt ihr überlegen, ob eine andere Therapie, die seltener angewendet werden muss, besser zu Dir passt.

2. NEBENWirkUNGEN ✱

Du hast mit Nebenwirkungen zu kämpfen oder Angst, dass Nebenwirkungen auftreten? Sprich mit Deinem Arzt darüber, damit ihr gemeinsam entscheiden könnt, welche Therapieoptionen für Dich infrage kommen.



3. PSYCHE

Die Medikamenteneinnahme erinnert Dich an Deine MS und deswegen verdrängst Du sie? Mach Dir bewusst, wie gut es Dir dank Deiner Therapie geht und scheue Dich nicht, Dir, wenn nötig, auch professionelle Hilfe zu holen. Vielleicht kann Dir auch eine Therapie helfen, die Du nicht so häufig anwenden musst.

4. ARZT-PATIENTEN-GESPRÄCH

Du verstehst nicht immer sofort alles, was Dein Arzt Dir über die MS und Deine Therapie erklärt? Frage unbedingt nach und bitte ihn, es noch einmal zu erklären. Nur wenn Arzt und Patient offen und ehrlich miteinander kommunizieren, kann die Therapie ein Erfolg werden.

5. INFORMATION

Informiere Dich so gut es geht über Deine Therapie. Je besser Du über die Wirkweise Deines Medikaments Bescheid weißt, desto leichter fällt Dir die Therapietreue.