

Presse-Information

Press Release

AMSEL, Aktion Multiple Sklerose Erkrankter, Landesverband der DMSG in Baden-Württemberg e.V.

Stuttgart, 20. August 2021

Sommer und Multiple Sklerose

Uhthoff-Phänomen verstärkt Multiple-Sklerose-Symptome bei Hitze

Die heißen Sommertage sind vermutlich erst einmal vorbei, was vor allem Menschen mit Multipler Sklerose (MS) aufatmen lassen kann. Denn bei hohen Temperaturen können sich bei MS-Erkrankten bereits bestehende Beschwerden deutlich verschlechtern. Man spricht vom sogenannten Uhthoff-Phänomen. Was das ist und was helfen kann, verrät AMSEL, Aktion Multiple Sklerose Erkrankter, Landesverband der DMSG in Baden-Württemberg e.V.

Rund 80% der MS-Erkrankten sind vom Uhthoff-Phänomen betroffen. Wie es sich zeigt, ist individuell verschieden. Manche MS-Betroffene können dann schlechter gehen, leiden verstärkt unter der MS-bedingten Erschöpfbarkeit (Fatigue), haben Seh- und Sensibilitätsstörungen, Schwindel, kognitive Probleme, Schmerzen oder leiden an Lähmungen und Spastiken. Die gute Nachricht: Diese Beschwerden sind hitzebedingt und bilden sich bei ausreichender Kühlung wieder zurück.

Das Uhthoff-Phänomen hängt mit den Folgen der MS als entzündliche Erkrankung des Gehirns und des Rückenmarks zusammen. Wird die Körpertemperatur erhöht, können sich bereits bestehende MS-Beschwerden vorübergehend verschlechtern, da Signale durch die geschädigten Nervenfasern schlechter weitergeleitet werden können. Mit einem Krankheitsschub haben die verstärkenden Symptome (meist) nichts zu tun. Man spricht von einem Pseudoschub, der im Gegensatz zu einem echten Schub allein temperaturbedingt ist. Bei einem echten Schub treten meist neue Symptome auf und/oder dauern mindestens 48 Stunden an. Gerade für neu Erkrankte ist dies wichtig zu wissen.

Seite 1 / 3

Nicht nur eine hohe Außentemperatur kann Uhthoff auslösen. Bei manchen Betroffenen reichen ein heißes Bad, eine Dusche, ein Saunabesuch oder Fieber im Rahmen eines Infektes.

Was hilft bei Uhthoff?

Wer vom Uhthoff-Phänomen betroffen ist, sollte körperliche Anstrengung vermeiden und für ausreichend Abkühlung sorgen. An einem heißen Sommertag können Rollläden in der Wohnung vor zu starker Sonneneinstrahlung schützen, draußen ein Aufenthalt im Schatten oder Mützen, Hüte und Sonnenschirme. Auch kühlende Fußbäder, Duschen und kühle Getränke wie auch spezielle Kühlbekleidung können helfen, die Körpertemperatur wieder zu normalisieren. Es ist ebenfalls wichtig, viel zu trinken, am besten Wasser. Denn auch Flüssigkeitsverlust kann Beschwerden verschlimmern.

Das Uhthoff-Phänomen geht auf den deutschen Augenarzt Wilhelm Uhthoff (1853-1927) zurück. Dieser beschrieb das Phänomen erstmals als eine nach körperlicher Anstrengung auftretende vorübergehende Verschlechterung der Sehschärfe bei Multipler Sklerose.

AMSEL e.V. ist seit 1974 Fachverband, Interessenvertretung und Selbsthilfeorganisation für Menschen mit Multipler Sklerose (MS) und ihre Angehörigen. Multiple Sklerose ist eine Krankheit mit vielfältigen Ausprägungen. Je nachdem, an welchen Orten und in welchem Ausmaß das Zentrale Nervensystem im Gehirn und/oder im Rückenmark geschädigt wurde, stellen sich unterschiedliche Beschwerden ein, die den Alltag mehr oder weniger stark beeinträchtigen können. Unterstützung im Umgang mit der Krankheit und jederzeit aktuelle Informationen rund um die MS gibt es auf www.amsel.de.

AMSEL Baden-Württemberg e.V.
Stuttgart, **20. August 2021**

Anschläge ohne Leerzeichen: 2.717

Anschläge mit Leerzeichen: 3.119

Jetzt Fan werden: www.amsel.de/facebook

Hintergrund:

AMSEL – wer ist das?

Die AMSEL, Aktion Multiple Sklerose Erkrankter, Landesverband der DMSG in Baden-Württemberg e.V. ist Fachverband, Selbsthilfeorganisation und Interessenvertretung für MS-Kranke in Baden-Württemberg. Die Ziele der AMSEL: MS-Kranke informieren und ihre Lebenssituation nachhaltig verbessern. Der AMSEL-Landesverband hat rund 8.600 Mitglieder und über 60 AMSEL-Gruppen in ganz Baden-Württemberg. Schirmherrin der AMSEL ist seit 1982 Ursula Späth. Mehr unter www.amsel.de

Multiple Sklerose (MS) ist die häufigste entzündliche Erkrankung des Zentralnervensystems. Aus bislang noch unbekannter Ursache werden die Schutzhüllen der Nervenbahnen an unterschiedlichen Stellen angegriffen und zerstört, Nervensignale können in der Folge nur noch verzögert oder gar nicht weitergeleitet werden. Die Symptome reichen von Taubheitsgefühlen über Seh-, Koordinations- und Konzentrationsstörungen bis hin zu Lähmungen. Die bislang unheilbare, aber mittlerweile behandelbare Krankheit bricht gehäuft zwischen dem 20. und 40. Lebensjahr aus.

MS in Zahlen

34.500	MS-Kranke in Baden-Württemberg
3,2	MS-Kranke pro 1.000 Einwohner in Baden-Württemberg
1.800	Neuerkrankungen pro Jahr in Baden-Württemberg
5	Diagnosen täglich in Baden-Württemberg
252.000	MS-Kranke deutschlandweit
1,2 Mio.	MS-Kranke europaweit
2,8 Mio.	MS-Kranke weltweit

Der Abdruck dieser Presse-Information ist honorarfrei.
Über ein Belegexemplar freuen wir uns.