

Informationen zu MS und Erwerbstätigkeit

für MS-Betroffene

Multiple Sklerose tritt typischerweise in Lebensphasen auf, in denen betroffene Menschen mitten in der Ausbildung oder im Berufsleben stehen. Die Annahme, dass man aufgrund der MS zwangsläufig seinen Beruf aufgeben muss, wäre aber komplett falsch. Tatsächlich gehen in der Schweiz rund zwei Drittel aller MS-Betroffenen im erwerbstätigen Alter einer Vollzeit- oder Teilzeiterwerbstätigkeit nach. Die Aufrechterhaltung der Berufstätigkeit geht bei Personen mit MS mit einer erhöhten Lebensqualität einher; dies wurde durch eine Vielzahl von wissenschaftlichen Studien belegt. Deshalb ist es wichtig herauszufinden, welche Faktoren den Verbleib im Arbeitsleben fördern bzw. hemmen.

Gemeinsam mit dem Zentrum für Salutogenese der Universität Zürich, Prof. Georg Bauer und Dr. sc. nat. Anja Lehmann, wurde im MS Register der Themenschwerpunkt «MS und Arbeit» entwickelt. Dabei wurden auch viele arbeitsbezogene Fragebögen eingesetzt, welche den Fokus auf die positive Gesundheit anstatt auf die Erkrankung legten. Anhand

dieser wurden förderliche Gesundheitsfaktoren erforscht, die positiv verstärkt und verändert werden könnten. Die wichtigsten Erkenntnisse, basierend auf den Angaben von 360 erwerbstätigen und 181 nicht erwerbstätigen MS-Betroffenen, sind nachfolgend zusammengefasst¹.

PERSÖNLICHE ZUFRIEDENHEIT AUF DER ARBEIT

Durch was zeichnet sich denn die Gruppe der zufriedenen Arbeitnehmer genau aus?

Positiv für die persönliche Zufriedenheit von MS-Betroffenen auf der Arbeit war:



- Gute Beziehung zum Arbeitgeber
- Arbeitgeber zeigt Verständnis oder Wertschätzung
- Vermeiden, auch in der Freizeit zu arbeiten
- Weniger gesundheitsschädigendes Verhalten: trotz Krankheit am Arbeitsplatz erscheinen; Geringer Konsum von Genussmitteln / Substanzen (z. B. Alkohol, Koffein, Nikotin oder Medikamente), um bei der Arbeit leistungsfähiger zu sein

WELCHE MS-SYMPTOME SCHRÄNKEN DIE BERUFLICHE TÄTIGKEIT BESONDERS EIN?

Neben diesen förderlichen Faktoren gilt es auch die am häufigsten genannten MS-Symptome zu kennen, welche sich einschränkend auf die berufliche Tätigkeit auswirken:



Müdigkeit / Fatigue

- Unabhängig vom Schweregrad der MS oder MS-Verlaufsform am häufigsten genannt
- Besonders sensibel, da es zu den von aussen nicht sichtbaren Symptomen gehört
- Gefahr von ungerechtfertigten Vorwürfen und Unterstellungen am Arbeitsplatz²



Konzentrationsstörungen / Stress

- Unabhängig vom Schweregrad der MS oder MS-Verlaufsform unter den fünf am stärksten einschränkenden Symptomen genannt.
- Konzentrationsstörungen sind sehr häufig³ und können sich im Berufsleben sehr nachteilig auswirken⁴
- Stress sollte minimiert werden, da er die Symptome der MS-Erkrankung verschlechtern kann⁵

Bei der schubförmigen MS mit vielen MS-Symptomen stehen Feinmotorik, Schmerzen und Schwäche, bei der progredienten MS hingegen Bewegungseinschränkungen und Blasenstörungen im Vordergrund.



Insbesondere Blasenstörungen und Magen-Darm-Störungen gehören zu den Tabuthemen und können bei den Betroffenen mit Scham einhergehen. Die Sensibilisierung der Arbeitgeber in Bezug auf solche Aspekte der MS-Erkrankung sind somit sehr wichtig.

Geringes Wissen über die Erkrankung und Symptome am Arbeitsplatz, mangelnde Informationen über die Regeln, Rechte und nationale Gesetze zum Thema Behinderung und Arbeit nahmen insbesondere bei Personen mit schweren MS Verlaufsformen starke bis sehr starke Auswirkungen auf die Arbeitsfähigkeit.

UND WIE STEHT ES UM DIE HAUSHALTSTÄTIGKEIT / KINDERBETREUUNG?

Das am häufigsten genannte MS-Symptom, welches sich einschränkend auf die Haushaltstätigkeit / Kinderbetreuung auswirkt:



Müdigkeit / Fatigue

- Unabhängig vom Schweregrad der MS oder MS-Verlaufsform am häufigsten genannt



Gleichgewichtsstörungen wurden hier von den Teilnehmenden stärker gewichtet als bei der Erwerbsarbeit.

Hingegen erschienen Blasenstörungen nicht unter den fünf meistgenannten Symptomen: die „eigenen vier Wände“ sind hier von Vorteil.

FAZIT

Das Wissen um das Erleben von MS-Betroffenen in ihrer Berufs- und Haushaltstätigkeit kann sehr nützlich sein: gerade wenn man weiss, wo die Schwierigkeiten und Stärken genau liegen, kann eine Situation positiv angegangen und entsprechend verbessert werden.

SCHWEIZER MS REGISTER

Das Schweizer MS Register wurde 2016 von der Schweizerischen Multiple Sklerose Gesellschaft initiiert und wird von ihr auch finanziert. Das MS Register umfasst mittlerweile 2271 Teilnehmende (Stand: März 2020) und hat zum Ziel, die Verbreitung von MS und die Lebensqualität von Betroffenen in der Schweiz zu dokumentieren. Wie viele Personen sind direkt als Betroffene oder indirekt als Angehörige von der Krankheit betroffen? Wie leben Betroffene mit der Krankheit? Wie sieht ihr Alltag aus? Hierzu gehören unter anderem Aspekte der Lebensqualität, der Ernährung, der Arbeitssituation, medikamentöse und nicht-medikamentöse MS-Therapien oder alternativmedizinische Behandlungen. All diese Informationen helfen, das Verständnis für MS-Betroffene und ihre Situation in der Gesellschaft und bei Entscheidungsträgern zu fördern.



Gemeinsam forschen

Weitere Informationen und Anmeldung: www.ms-register.ch

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

REFERENZEN

¹Lehmann, A. I. & Rodgers, S. et al. (2020). Factors associated with employment and expected work retention among persons with multiple sclerosis: Findings of a cross-sectional citizen science study. J Neurol (under revision).

²Kesselring, J. & Lotter, C. (2016). MS – Soziale Kompetenzen und Möglichkeiten der Integration. MSeitenweise 01/16, 4-7.

³Calabrese P, Kobelt G, Berg J, Capsa D, Eriksson J, Platform EMS (2017) New insights into the burden and costs of multiple sclerosis in Europe: results for Switzerland. Mult Scler 23:192-203.

⁴Chiaravalloti, ND, DeLuca, J. (2008). Cognitive impairment in multiple sclerosis. Lancet Neurol. Dec;7(12): 1139-51.

⁵Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft (<https://www.multiplesklerose.ch/de/aktuelles/detail/einfluss-von-stress-auf-multiple-sklerose/> [Stand 10.08.2015])

Schweizer MS Register

Institut für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention
Universität Zürich
Hirschengraben 84
CH-8001 Zürich

Tel. +41 44 634 48 59

E-Mail: ms-register@ebpi.uzh.ch

