

MS Aktuell

Das Informations-Magazin der Multiple Sklerose Gesellschaft Wien

Nr. 30 / Juni 2012



INHALT: JAHRESAUSFLUG 2012. BERICHT VOM SYMPOSIUM. MS-AMBULANZ RUDOLFSTIFTUNG.



EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser!

Kurz vor Redaktionsschluss dieser Ausgabe gab es neue Entwicklungen in der Österreichischen MS-Gesellschaft, über die ich Sie an dieser Stelle informieren möchte. Da die letzte Präsidentin, Frau Mag. Regina Ovesny, und der Kassier, Herr Herbert Hofbauer, ihre Amtszeit nicht mehr verlängern wollten, war es das Ziel der ÖMSG, eine Zusammenarbeit mit der MS-Gesellschaft Wien anzustreben. Die Kooperation lag auf der Hand, um einerseits den Fortbestand der Dachgesellschaft zu gewährleisten, und andererseits auch Doppelgleisigkeiten zu vermeiden und dadurch finanzielle Einsparungen zu erzielen.

Seit dem Bundesdelegiertentag der ÖMSG am 16. Mai 2012 hat Herr Prim. Dr. Ulf Baumhackl, ehem. Vorstand der Neurologischen Abteilung am Landesklinikum St. Pölten und ehem. Präsident der MS-Gesellschaft Niederösterreich die Präsidentschaft übernommen. Bisher war er bereits in der Funktion des Ärztebeiratsvorsitzenden tätig. Der Präsident der MS-Gesellschaft Wien, Univ. Prof. Dr. Karl Vass, und ich sind wieder Mitglieder des Vorstands der ÖMSG geworden und wollen uns künftig engagieren, unsere langjährige Erfahrung in der MS-Gesellschaft Wien in den Dachverband einzubringen.

Im Besonderen möchte ich mit meinen Kolleginnen jene Landesgesellschaften, in denen noch kein Sozialservice besteht – sei es mittels Peer-Beratung durch Betroffene oder durch professionell ausgebildete SozialarbeiterInnen –, unterstützen, damit dort die von Betroffenen benötigten Strukturen aufgebaut werden können.

Mein persönliches Ziel ist es, dass Menschen mit MS, egal in welcher Region Österreichs sie leben, die Möglichkeit haben, auch auf alle nicht-medizinischen Fragen zur MS professionelle Auskünfte bekommen können. Sozialrechtliche Informationen und psychosoziale Beratung sind zusätzlich zum Arztgespräch und zu medikamentösen Therapien notwendig, um besser mit den Auswirkungen der MS zurechtzukommen.

Betrachtet man rückblickend die Entwicklung der letzten 20 Jahre in der ÖMSG, ist das ohne Zweifel ein ambitioniertes Ziel, aber ich bin mir sicher, dass es nicht unerreichbar ist. Wir von der MS-Gesellschaft Wien wollen jedenfalls unser Bestes dazu beitragen, und wir hoffen sehr, dass wir auch auf positive Resonanz und Kooperation in den Landesgesellschaften treffen werden. Auch in diesem Fall gilt unser langjähriger Leitsatz: Gemeinsam sind wir stärker!

Ihre

A handwritten signature in black ink that reads "Ursula Hensel". The script is cursive and elegant.

Mag. Ursula Hensel, Geschäftsführerin
der MS-Gesellschaft Wien

BERICHT ÜBER DAS LETZTE SYMPOSIUM

„Mit MS das Leben leben“

Am 10. März fand unser Symposium mit dem Titel „Mit MS das Leben leben“ statt. Neu war diesmal, dass es zusätzlich zu verschiedenen Vorträgen im großen Hörsaal auch verschiedene Workshops gab. Die Inhalte der Workshops waren sehr umfangreich und die Rückmeldungen der Teilnehmer durchwegs sehr positiv. Eine Patientin, die an dem Kunsttherapie-Workshop teilnahm schrieb uns: „Ich schaue in die Runde und sehe hitzige, lebendige Gesichter. Die Stifte flitzen über das Papier, die Steifheit des Anfans ist verflogen. Wer möchte, spricht über seine Zeichnung. Binnen kurzer Zeit hat sich eine verbindende, warme Atmosphäre ausgebreitet. Schade, dass es nur eine Schnupperstunde war, sie macht Lust auf mehr.“

Da manche Workshop-Teilnehmer nicht die Möglichkeit hatten die Vorträge im Plenum zu hören, möchten wir Ihnen die Zusammenfassungen zu den Vorträgen vorstellen. In dieser Ausgabe beginnen wir mit „Essen was gut tut“. Die Zusammenfassungen der anderen Vorträge finden Sie wie gewohnt auf unserer Homepage bzw. können diese auch telefonisch oder per Mail bei der MS-Gesellschaft Wien angefordert werden.

„Essen was gut tut“ - MS und Ernährung

Zu Beginn seines Vortrages berichtet Herr Univ. Prof. Dr. Fritz Leutmezer Allgemeines zum Thema. Jeder Betroffene stellt sich die Frage, inwieweit Ernährungsgewohnheiten im Zusammenhang mit dem Auftreten von MS stehen. Im Internet finden sich dazu 138 Mio Beiträge, auf deren Richtigkeit aber geachtet werden sollte. Schon Mitte des vorigen Jahrhunderts wurden Untersuchungen veröffentlicht, die in Regionen mit

hohem Konsum von tierischen Fetten, Fleisch und Milchprodukten ein erhöhtes Vorkommen von MS, in Regionen mit hohem Verzehr von Fisch eine geringere Erkrankungshäufigkeit beschreiben. Obwohl spätere Untersuchungen keinen letzten Beweis lieferten, inwieweit Ernährung zum Entstehen der Erkrankung beiträgt, nennt Prof. Leutmezer neben einer genetischen Disposition und aktuellen Auslösern (nach der Pubertät) zu 30% Umweltfaktoren, die zur Bildung der Erkrankung beitragen. Zu diesen Faktoren zählen unter anderem auch Ernährung, und verstärkte Hygienemaßnahmen.

Obwohl der Verlauf der Erkrankung nicht wesentlich durch Ernährung beeinflusst werden kann, stellen 2/3 der PatientInnen ihre Ernährungsgewohnheiten um. Angesichts der Tatsache der Zunahme der Häufigkeit von MS weltweit (in den USA – hoher tierischer Fettanteil im Essen – ist die Häufigkeit 3 bis 4mal so hoch wie in Japan mit starkem Fischkonsum), hat das Vermeiden der entzündungsfördernden gesättigten Fettsäuren und die vermehrte Zufuhr von entzündungshemmenden Omega-3-Fettsäuren einen günstigen Einfluss auf das Immunsystem aller Menschen, besonders aber bei MS Erkrankten. Ausschlaggebend dabei ist das richtige Verhältnis der beiden Substanzen, ideal wäre 1: 3 (Omega-3: Omega-6).

In einer Studie, Beobachtungszeitraum über 2 Jahre, wurden PatientInnen angewiesen, mehr Nahrungsmittel mit hohem Omega-3-Anteil zu sich zu nehmen. Ergebnisse zeigten keinen statistischen Unterschied bezüglich Schubrate zur Vergleichsgruppe, aber eine Risikoreduktion in der Krankheitsprogression um 10% (das entspricht im EDSS-Score einer Herabsetzung um einen Punkt). ›



Ernährungsempfehlungen bei MS:

- Max. 3 Portionen Fleisch und Wurst bzw. 3 Eidotter pro Woche. Meiden von Innereien, Speck.
- 1-2 Fischmahlzeiten pro Woche, Omega-3 Fettsäuren in Meeresfischen vorhanden, weniger in österreichischen Seefischen. Menschen, die Fisch nicht mögen, können Fischölkapseln verwenden.
- Verzicht auf tierische Fette, statt dessen Diätmargarine und pflanzliche Öle verwenden. Besonders günstig ist Leinöl, es ist aber nicht zum Erhitzen geeignet. Hitzestabil: Rapsöl, Maiskeimöl. Salatzubereitung: Walnussöl. (natives Olivenöl, Kürbiskernöl und Sonnenblumenöl sind in dieser Hinsicht weniger geeignet).

Diäten und MS

Professor Leutmezer beschreibt kurz die verschiedenen Diätformen und nimmt Stellung, inwieweit diese aus Expertensicht von Nutzen für an MS erkrankte Menschen sind.

- **Vegetarische Ernährung:** es bestehen keine Bedenken gegen diese Ernährungsform, auf ausreichende Eiweißzufuhr muss aber geachtet werden.
- **Diät nach Fratzer/ Hebener:** vermehrt Zufuhr von Omega-3 Fettsäuren, dazu Verabreichung von Fischölkapseln, Muschelfleischextrakten, einer Reihe von Vitaminpräparaten, Mineralien. Nachteil: begleitend regelmäßige Einnahme von Cortison, wovon Professor Leutmezer abrät (hohe Kosten von € 150,- – 200,-/ Monat).
- **Evers Diät:** Vermeiden von denaturierten, industriell aufbereiteten Nahrungsmittel und Speisen aus der Mikrowelle. Praktische Durchführung aufwendig, da immer frisch gekocht werden muss, Wirksamkeit nicht bewiesen.

- **Swank Diät:** Verzehr tierischer Fette wird drastisch reduziert, regelmäßiger Fischkonsum, tgl. 15g Pflanzenöl und 5g Lebertran. Diese Diät ist hilfreich, wenn im frühen Erkrankungsstadium damit begonnen wird.

Nahrungsergänzungsmittel:

- **Antioxidantien:** binden freie Radikale, das sind potentiell giftige Substanzen im Rahmen von Stoffwechselprozessen. Antioxidantien finden sich in wasserlöslichen Vitaminen (am besten in Vit C, aber auch Vit A und E) aber auch im Rotwein. Diese sind kostengünstiger als Traubenkernextrakt, oder Baumrindenextrakt.
- **Wobenzym:** In einer von Prim. U. Baumhackl 2005 durchgeführten Studie, tgl. Einnahme von 6-12 Kapseln, hat sich kein positiver Effekt auf MS erwiesen. Enzyme in Form von Früchten (v.a. Papayas oder Ananas) zu sich zu nehmen, ist kostengünstiger und wirksamer.
- **Vitamine:** Vitaminmangelzustände gibt es nur selten. Es gibt keine Hinweise, dass MS PatientInnen von hohem Vitaminkonsum profitieren, hohe Dosierungen können aber gefährliche Nebenwirkungen mit sich bringen. Eine ausgewogene Ernährung mit genügend frischem Obst und Gemüse sollte ausreichen. Ausnahme Vitamin D: wird in einer Vorstufe mit der Nahrung aufgenommen, braucht Sonnenlicht zur Umwandlung, wirkt entzündungshemmend, Gefahr der Überdosierung. Vitamin D sollte bei älteren Menschen zugeführt werden (veränderte Ernährungsgewohnheiten, Osteoporose-Risiko). **Empfehlung:** Blutspiegel von Vitamin D bestimmen lassen, um einen ev. Mangel substituieren zu können.

VERLÄNGERUNG NICHT VERGESSEN!

Wir helfen Ihnen gerne

Egal ob Mindestsicherung (die frühere Sozialhilfe), GIS-Gebührenbefreiung, Freizeitfahrten-dienstkarte oder Wohnbeihilfe ... Die meisten Sozialleistungen werden nur befristet zuerkannt! Bitte vergessen Sie deshalb nicht, rechtzeitig per Antrag zu verlängern, um so keine Bezugszeiten zu

verlieren. In der Regel sind Verlängerungen 2-3 Monate vor Anspruchsende zu stellen, um bei Weitergewährung einen fließenden Bezug zu gewährleisten. Die näheren Informationen zu Befristungen und dem Bezugsende sind in den Bescheiden (schriftliche Mitteilungen der

jeweiligen Stelle) über ihre Beihilfen zu finden. Sollten Sie Unterstützung bei behördlichen Belangen benötigen, oder sich schwer tun im „Beamtendeutsch“, melden Sie sich bei uns! Die Sozialarbeiterinnen der MS-Gesellschaft Wien helfen Ihnen gerne weiter.



Haben Sie alle Ihre Ansprüche auf Beihilfen genutzt?

Wenn Sie nur über ein sogenanntes Mindesteinkommen verfügen, haben Sie Anspruch auf verschiedene Beihilfen und Vergünstigungen.

Der Richtsatz für das Jahr 2012 ist:

- Einzelperson, Alleinstehende: 773,26 Euro
- Paare (pro Person): 579,95 Euro
- Kinder (pro Kind): 208,78 Euro

Unsere Sozialarbeiterinnen helfen Ihnen gerne weiter und klären Ihre Ansprüche und Möglichkeiten für öffentliche Hilfen. Für Beratungsgespräche bitten wir um telefonische Voranmeldung unter 01 409 26 69.

MS-AMBULANZ RUDOLFSTIFTUNG

von Dr. Alice Reining-Festa

Die MS-Ambulanz in der Krankenanstalt Rudolfstiftung ist mit rund 300 Patienten eine der größten Wiens, wobei das Einzugsgebiet auch das östliche Niederösterreich und Teile des Burgenlandes miteinschließt. Die Spezialambulanz besteht bereits seit 1978 und ist seit 2006 zertifiziert, d.h. normierten Qualitätsstandards unterworfen. Derzeit betreuen wir zu dritt – OA Dr. Viktor Stellamor, OA Dr. Thomas Heller und Dr. Alice Reining-Festa – gemeinsam im Team mit unseren MS-Schwestern DGKS Anna Lupert, Ursula Pipal, Ninfa Milde und Hanna Osinska ca. 300 Patienten mit über 4000-jährlich zunehmenden – Patientenkontakten pro Jahr.

In der Regel werden unsere neuen Patienten entweder vom niedergelassenen Facharzt oder – bei akuten Beschwerden – über die hauseigene Erstversorgung oder andere Abteilungen des Hauses wie z.B. die Augenabteilung zugewiesen.

Sämtliche für eine Abklärung nötigen Schritte – MRT, Lumbalpunktion, evozierte Potentiale – werden an unserer Abteilung durchgeführt. Eine MRT-Diagnostik steht für Notfälle 24 Stunden zur Verfügung. Natürlich werden auch verwandte Krankheitsbilder wie Neuromyelitis optica oder akute demyelinisierende Encephalomyelitis (ADEM) an unserer Ambulanz betreut.

In vielen Fällen ist die Abklärung ambulant möglich; ebenso ist es auch im Falle einer Cortisontherapie bei einem akuten Schub möglich, diese ambulant zu verabreichen. Bei funktionell besonders beeinträchtigenden Schüben wird eine stationäre Aufnahme vereinbart. Um die berufliche Integration unserer Patienten nicht zu gefährden, bemühen wir uns, die meisten Fragestellungen ambulant zu klären.

Auch eine Lumbalpunktion kann im überwiegenden Teil der Fälle im Rahmen einer tagesklinischen Aufnahme durchgeführt werden; hierbei wird die Punktion morgens durchgeführt und der Patient kann nach einer Liegedauer von ca. drei Stunden, also mittags, bereits nach Hause gehen, muss also nicht mehr über Nacht im Spital bleiben.

Sämtliche modernen Therapieformen werden an unserer Abteilung verwendet und standardisiert dokumentiert. Großen Wert legen wir auf eine ausführliche Aufklärung über alle zu erwartenden Vorteile, aber auch die zu erwartenden Risiken. Zusätzlich erhalten unsere Patienten maßgeschneiderte Informationsmaterialien wie Broschüren, >

Von links nach rechts: DGKS Ninfa Milde, DGKS Anna Lupert, DGKS Ursula Pipal, OA Dr. Thomas Heller, OA Dr. Viktor Stellamor und Dr. Alice Reining-Festa



Bücher oder DVDs über die vorgesehene Therapie. Für eine Einschulung auf eine Interferon- oder Copaxone® Basistherapie nehmen sich unsere erfahrenen MS-Schwestern ausführlich Zeit, um auf alle Fragen und Ängste eingehen zu können. Auch eine Plasmapheresetherapie ist in unserem Hause möglich; dazu müssen die Patienten auf unserer Station 14A aufgenommen werden. Zu Beginn einer Tysabri®-Therapie ist ebenfalls für die ersten 3 Infusionen eine stationäre Aufnahme nötig; die weiteren Infusionen werden dann über sogenannte „Netzwerkpartner“, also niedergelassene Vertragspartner der Krankenkassen wie Hausärzte, Fachärzte oder Ambulatorien, verabreicht.

Bei jenen unserer Patienten, die bereits ein sekundär progredientes Stadium der Erkrankung erreicht haben und deren Gehleistung eingeschränkt ist, legen wir großen Wert auf den Erhalt der Lebensqualität, wobei neben medikamentösen Therapiemöglichkeiten (z.B: Antispastika, Cannabis, demnächst auch Fampridine) auch regelmäßige Physiotherapie und Rehabilitationsaufenthalte im Vordergrund stehen. Falls außerhalb der regulären Öffnungszeiten unserer Ambulanz Fragen oder neue Beschwerden auftreten, können die Patienten jederzeit – auch am Wochenende – an unserer Erstversorgung von einem Facharzt unseres Teams gesehen und betreut werden.

Die MS-Ambulanz Rudolfstiftung veranstaltet regelmäßig hausinterne und regionale Fortbildungen und ist insbesondere in der Zusammenarbeit mit den Tysabri®-Netzwerkpartnern durch regelmäßige Treffen aktiv. Weiters werden Themen für Diplomarbeiten der Studenten der Medizinischen Universität Wien betreut. Alle Ärzte der neurologischen

Abteilung nehmen regelmäßig an nationalen und internationalen Fortbildungen teil, um die rasanten Fortschritte in Diagnostik und Therapie bei MS auch den Patienten weitergeben zu können.

Ein großes Anliegen ist uns allen eine ausführliche Beratung – möglichst kontinuierlich durch den selben Arzt/Ärztin, um auf alle im Laufe der Erkrankung auftretenden Probleme und Fragen eingehen zu können. Wichtig sind auch alle Spezialfragestellungen wie Impfungen und Ernährung, aber auch Familienplanung und Kinderwunsch, da ja insbesondere junge Frauen in einem dafür sensiblen Lebensabschnitt betroffen sind. Bei schwangeren MS-Patientinnen arbeiten wir eng mit der entsprechenden geburtshilflichen Abteilung zusammen.

Insgesamt ist der Grundgedanke unserer Patientenbetreuung jener der Teamarbeit mit einem möglichst gut aufgeklärten und selbstverantwortlich handelnden Patienten, den wir in allen Phasen einer lebenslangen Erkrankung beratend begleiten und medizinisch bestmöglich betreuen.

Kontaktadressen und Telefonnummer:

MS-Ambulanz der Krankenanstalt Rudolfstiftung

Leitung: Prim. Univ.Doz. Dr. Elisabeth Fertl

Boerhaavegasse 13, 2. Stock, 1030 Wien

Telefonische Anmeldung unter: 01 71165 2011

AUSFLUG DER MS-GESELLSCHAFT WIEN

Das Rosarium in Baden – Blühen Sie mit!

Anlässlich des „Gartensommer NÖ“ führt der diesjährige Ausflug nach Baden in das Rosarium. Die Rose gilt als die Königin der Zierpflanzen und keine andere Blume besticht so unsere Sinne. Von Dichtern und Verliebten wird sie schon immer als „die Blume der Liebe“ gesehen.

Das Rosarium liegt im Herzen von Baden, im Doblhoffpark des Schlosses Weikersdorf, und ist Österreichs größter Rosengarten. Es entstand in den Jahren 1967 bis 1969, und seit vielen Jahren finden zur prachtvollen Rosenblüte die „Badener Rosentage“ statt. Auf über 30.000 Rosenstöcken gedeihen in 175 Beeten gut 600 Rosensorten mit klingenden Namen wie „Märchenkönigin“, „Goldmarie“ und „Kaiserin Elisabeth“. Und auch der über 8 Hektar große Doblhoffpark mit seinem idyllischen Teich und der barocken Orangerie lädt zum Erholen und Entspannen ein.

Nach der Führung durch das Rosarium findet in unmittelbarer Nähe im Café Restaurant Doblhoffpark ein gemeinsames Mittagessen statt. Das Restaurant liegt direkt am romantischen Schlossteich und dahinter fließt der Mühlbach, der im Mittelalter etliche Herrschaftsmühlen antrieb. Am Nachmittag haben Sie die Möglichkeit, bei einem Spaziergang durch den Doblhoffpark zu entspannen oder einen kurzen Abstecher in die Stadt Baden zu machen.

Bei Schlechtwetter wird es statt der Führung durch das Rosarium eine Stadtführung mit dem Besuch der Pfarrkirche St. Stephan geben, deren Turm mit dem charakteristischen barocken Zwiebelhelm schon von weit her sichtbar ist und bis heute das Stadtbild von Baden prägt.



Datum: Mittwoch, 29. August 2012

Treffpunkt: 8.45 Uhr Parkplatz beim Donauturmparkplatz, Abfahrt 9.15 Uhr

Führung durch das Rosarium: 11.00 Uhr
(bei Schlechtwetter Stadtführung)

Mittagessen: 13.00 Uhr

Rückfahrt: 16.00 Uhr, Ankunft beim Donauturmparkplatz ca. 17.00 Uhr

Kosten: € 41,- (Preis inkl. Fahrt, Mittagessen und Führung. Getränke sind extra zu bezahlen.)

Achtung: Begrenzte Platzanzahl!

Anmeldung und Auskunft:

MS-Gesellschaft Wien

01-409 26 69, office@msges.at



* Die smarte Balance

Das
MS-Patientenservice
Hotline: 0800 / 344 322

MS Patienten-
Service

Bitte beachten Sie die Gebrauchsanweisung und wenden Sie sich bei Fragen an Ihren Arzt

Merck Serono
Living science, transforming lives

MERCK

DIE MORBIDE SEITE WIENS

Tipps für ungewöhnliche Ausflüge

Man sagt Wien nach, dass es einen morbiden Charme habe und das hat auch seine Berechtigung. Die dunklen Seiten von Wien sind spannend und schaurig zugleich. Der Wiener hat neben dem ihm eigenen „Wiener Schmah“ auch die Neigung zu einer morbiden Melancholie und einer Faszination für den Tod. Wer früher in Wien etwas auf sich hielt, inszenierte „a schöne Leich“ als seinen glanzvollen letzten Auftritt. Wenn Sie auch die anderen Seiten von Wien kennenlernen möchten, haben wir diesmal schaurig schöne Tipps für Sie.

Geheime Pfade und gruselige Vergangenheit

Wussten Sie, dass am Hohen Markt Hexen hingerichtet wurden? Oder warum der Alsergrund schon immer der Ort der Lazarette, Friedhöfe und Spitäler war? Und war der erste Vampir wirklich ein Wiener? In Wien werden viele Führungen angeboten, die auch für einen echten Wiener immer wieder Neues bieten. Diese sind auch bis auf wenige Ausnahmen fast alle rollstuhlgerecht. Die gegangenen Strecken variieren, die genauen Distanzen sollte man vorab klären. Günstig für Führungen sind die

Werktagstermine, da diese meist nicht so voll sind, Samstag und Sonntag sind oft schnell ausgebucht. Nachfolgend finden Sie ein paar interessante Vorschläge:

- **Verschlungene Pfade in der Altstadt**

Dienstag 10.30 Uhr, Donnerstag 14.00 Uhr, Samstag 16.30 Uhr
Treffpunkt: Hoher Markt

- **Geister, Gespenster und Vampire**

Samstag 16.30 Uhr
Treffpunkt: Michaelerplatz

- **Mörder, Hexen und Henker**

Sonntag 14.00 Uhr

Treffpunkt: Albertinaplatz

Eine Anmeldung ist nicht notwendig, gehen Sie einfach zum angegebenen Treffpunkt. Sie erkennen die Guides am offiziellen Fremdenführerabzeichen und einer Broschüre von „Wienführung“. Die Führungsgebühr beträgt Euro 14,- und für Rollstuhlfahrer bzw. Kinder unter 15 Jahren Euro 7,-.



© anwyndarkelf / pixelio.de



© Bredetorn, lens / pixelio.de

Nähere Informationen zu den Führungen:

Wienführung

Tel.: 01/ 817 49 55 – 1834

Mail: office@wienfuehrung.at

Web: www.wienfuehrung.at

Die Informationsbroschüre kann auch bei der MS-Gesellschaft Wien als PDF-Dokument angefordert werden.

Der Wiener Zentralfriedhof

Ein Klassiker in der Wiener Geschichte ist der Zentralfriedhof. Er ist so groß, dass es einem fast unmöglich scheint, all seine Besonderheiten und sehenswerten Grabstätten zu entdecken. Und er bietet Platz für alle: Für berühmte Persönlichkeiten, unsterbliche Musiker, für Arme und Reiche. Nirgendwo sonst zeigt sich das Wesen der Wiener Seele wie am Zentralfriedhof, wo sich Tod und Leben täglich die Hand reichen. Für den Zentralfriedhof werden zahlreiche Führungen angeboten. Nachfolgend haben wir ein paar für Sie zusammengestellt.

Audioguide am Wiener Zentralfriedhof

Sie können zwischen drei verschiedenen Routen wählen, die unterschiedlich lang sind. Ausleihen kann man den Audioguide gegen Vorlage eines gültigen

Wiener Zentralfriedhof

Haupteingang: Tor 2
Simmeringer Hauptstr. 234
1110 Wien
Tel.: 01 / 534 69 - 28403
Montag bis Samstag
von 8 bis 15 Uhr

Lichtbildausweises und Bezahlung der Leihgebühr von sieben Euro beim Portier am Tor 2.

Erholung und Entspannung im Grünen

Wer sich nach den gruseligen Touren noch entspannen möchte, der kann dies im „Alten AKH“ tun. Verschiedene Lokale bieten im Sommer Erholung und Abkühlung in den Bier- und Gastgärten. Und auch bei schlechterem Wetter bietet zum Beispiel die „Stiegl-Ambulanz“ einen barrierefreien Zugang zum Lokal (Haupteingang stufenlos, Doppelschwingtüre, barrierefreies WC).

Der Narrenturm im Alten AKH

Wer sich immer noch nicht genug gegruselt hat, dem bietet sich im Alten AKH noch ein Abstecher in den Narrenturm an. Der Narrenturm wurde 1784 unter Kaiser Josef II als erstes psychiatrisches

Krankenhaus errichtet. Seit 1971 ist das „Pathologisch-anatomische Bundesmuseum“ im Narrenturm untergebracht.

In den Führungen werden sowohl Geschichtliches zum Narrenturm, als auch Präparationsarten und Krankheitsbilder vorgestellt.

Nähere Informationen und Anmeldung zu den Führungen:

Pathologisch-anatomisches Bundesmuseum
Uni Campus, Spitalgasse 2
A-1090 Wien
Tel.: 01 / 406 86 72 - 2
Mail: pat@narrenturm.at
Web: www.narrenturm.at

Geführte Touren werden z.B. angeboten von: „Wiensehen“

Tel.: 01/489 42 63
Mail: info@wiensehen.at
Web: www.wiensehen.at



VERANSTALTUNGSKALENDER

• **Jahresausflug**
29. August 2012
(Details im Blattinneren.
Nur nach Anmeldung!)

• **Weihnachtsfeier**
12. Dezember 2012
15 -18 Uhr, Festsaal des
CS Pflege- und Sozialzentrums

• **Symposium**
20. Oktober 2012,
Hörsaalzentrum AKH Wien
Themen: Neue Therapien
und Blasenschwäche.
Nähere Details werden
noch bekannt gegeben.

Information und Anmeldung
zu allen Veranstaltungen bei
der MS-Gesellschaft Wien

INFORMATIONEN ZU DEN MS-TURNGRUPPEN

Gemeinsam turnt es sich leichter!
Verbessern Sie Ihre Kraft,
Ausdauer und Geschicklichkeit
unter Anleitung einer erfahrenen
Physiotherapeutin. Vereinbaren
Sie Ihre unverbindliche und
kostenlose Schnupperstunde!

**Physiotherapeutische
Gruppe für MS-Betroffene mit
Gehbeeinträchtigung**
1030 Wien, Schulzentrum Ungar-
gasse, Donnerstag.
Beginn: September 2012

**Turngruppe für gut gefähige
PatientInnen**
1060 Wien, BRG Rahlgasse;
Dienstag und Donnerstag.
Beginn: September 2012

Information und Anmeldung zu allen Terminen bei der Multiple Sklerose Gesellschaft Wien:
01/409 26 69. office@msges.at oder www.msges.at

Um die Lesbarkeit zu erleichtern, wird geschlechtsneutral zumeist die männliche Form verwendet.



**MULTIPLE SKLEROSE
GESELLSCHAFT
WIEN**

Impressum:

Multiple Sklerose Gesellschaft Wien,
Hernalser Hauptstraße 15 – 17/A-1170 Wien. Tel. 01/409 26 69,
Fax 01/409 26 69-20, Mail: office@msges.at, Web: www.msges.at
Für den Inhalt verantwortlich: Mag. Ursula Hensel.
Druck: agensketterl Druckerei GmbH/A-3001 Mauerbach.
Layout: Veronika Vass, www.veronikavass.at
Dieses Informationsmagazin können Sie kostenlos bei der
MS-Gesellschaft Wien abonnieren.
DVR: 2110357, ZVR: 182581531.

Österreichische Post AG Postamt 1090 Wien / Sponsoring Post GZ 03Z034802S
Retouren an Postfach 555, 1008 Wien MS-Informationen 07/2012



**MERCK
SERONO**

Die Herausgabe dieser Broschüre wurde ermöglicht durch
Merck Gesellschaft m.b.H., Zimbagasse 5, 1147 Wien

**MERCK
SERONO**

