Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft
Landesverband Hessen e.V.

Selbsthilfe in Bewegung!

Landesverband Hessen e.V.

Wittelsbacherallee 86
60385 Frankfurt am Main

Telefon (069) 40 58 98 – 0
Telefax (069) 40 58 98 – 47

Weitere Auskünfte gibt gern:
Sonja Thelen, Öffentlichkeitsarbeit
Telefon (069) 40 58 98 - 22

Pressemitteilung

+++ Radfahrlust in Hessen on Tour: Gelungener Abschluss in Frankfurt der Aktionswoche von „MS – Meine Spur“

Frankfurt, 21. August 2021. *Heute ist in Frankfurt die am Montag gestartete Aktionswoche „MS – Meine Spur“ zu Ende gegangen. Eine gut sechsköpfige Kerngruppe der Darmstädter MS-Gruppe Radfahrlust war in den vergangenen Tagen mit ihren Liegedreirädern in Hessen unterwegs, hat Station in Kassel, Fulda, Darmstadt, Wiesbaden und in Frankfurt gemacht, wo die Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG) Landesverband Hessen jeweils mit einer MS-Regionalstelle vertreten ist. Vor Ort unternahm die Gruppe zum einen Tagesfahrten, und zum anderen verband sie auf Etappen die jeweilige Beratungsstelle mit MS-Schwerpunktpraxen oder Neurologie-Kliniken. Die Aktionswoche war ein Gemeinschaftsprojekt von „Radfahrlust“ und DMSG Hessen, um auch in Corona-Zeiten Menschen mit MS ein Gesicht zu geben, Mut zu machen, mit MS in Bewegung zu bleiben, und um die Halt gebende starke Gemeinschaft von DMSG Hessen, Beratung, medizinischer Versorgung und Selbsthilfegruppen aufzuzeigen.*

Zum Abschluss der Aktionswoche „MS – mein Spur“ strahlte die Sonne, als sich die Kerngruppe der Darmstädter MS-Selbsthilfegruppe „Radfahrlust“ begleitet von Vorstandsmitgliedern und Mitarbeitern der DMSG Hessen sowie Freunden auf den Weg machte, die knapp 17 Kilometer von der Frankfurter MS-Beratungsstelle in der Wittelsbacherallee 86 zum Krankenhaus Nordwest zurückzulegen. Entlang am Main, durch den Anlagenring, Grüneburgpark und den Volkspark Niddatal führte die Strecke. Am Ziel in Praunheim zeigte sich Klaus Vock, Gründer und Organisator der „Radfahrlust“, angetan von den grünen Seiten Frankfurts. Dass es Klaus Vock überhaupt möglich ist, „auf einem Dreirad unterwegs“ zu sein, hat dem 59-Jährigen Lebensmut, Spaß und Freude zurückgegeben und dazu geführt, auch andere Menschen mit MS und Handicaps für das Fahren auf Liegedreirädern zu begeistern. Beim gemeinsamen Pressegespräch von Krankenhaus Nordwest, DMSG Hessen und „Radfahrlust“ erzählte er von seiner

„Odyssee von vor gut 20 Jahren, als ich merkte, mit mir stimmt etwas nicht. Ich hatte Probleme, mich zu orientieren und zu konzentrieren. Doch es dauerte nochmal zwei Jahre bis die Diagnose MS feststand“. Zusehends schränkte ihn die MS in seiner Mobilität ein, sodass er ausgerechnet in dieser schweren Zeit sein Hobby Fahrradfahren aufgeben musste. Bei der Spezialradmesse „Spezi“ entdeckte Klaus Vock für sich die Liegedreiräder, auf denen er trotz Gleichgewichts- und Sehproblemen in die Pedale treten kann. 2008 gründete er die „Radfahrlust“, die seit 2011 der DMSG Hessen angeschlossen ist. Bei den sonst alljährlichen einwöchigen Touren sind bis zu 50 Teilnehmer auf Spezialrädern unterwegs. „Es rührt mich immer wieder zu Tränen, wenn Menschen, die glaubten, nie wieder Fahrrad fahren zu können, auf ein Liegedreirad aufsteigen und damit glücklich losfahren“, berichtete Klaus Vock.

„Bewegung und körperliche Aktivitäten wie das Radfahren sind wichtig für die Lebenslust von Menschen mit MS“, sagte Prof. Dr. Uta Meyding-Lamadé (Chefärztin Neurologie am Krankenhaus Nordwest Frankfurt und Vorsitzende des Ärztlichen Beirats der DMSG Hessen) und erklärte: „Wer heute die Diagnose MS bekommt, kann eine gute Zukunft haben.“ Enorm habe sich die medikamentöse MS-Therapie weiter entwickelt: „Das ist die Erfolgsgeschichte der Neurologie der vergangenen 20 Jahre. 80 bis 90 Prozent der Schübe können so herausgezögert werden. Trotzdem wird es auch weiterhin schwere Krankheitsverläufe geben.“ Nach wie vor wird die Diagnose vielen Betroffenen zunächst den Boden unter den Füßen weg ziehen. „Viele empfinden Ohnmacht, Trauer, Wut und Angst“, berichtete Sozialpädagogin Doris Althofen von der Frankfurter Beratungsstelle. Psychosoziale wie sozialrechtliche Unterstützung für alle Lebenslagen bietet die Regionalstelle in der Wittelsbacherallee 86, um Menschen mit MS beizustehen. Geschäftsführer Benno Rehn ergänzte: „Die DMSG Hessen steht für ein gutes Netzwerk: mit den Beratungsstellen, den vielen aktiven Selbsthilfegruppen, der medizinischen Versorgung und zahlreichen Angeboten. Denn Sport, Bewegung, Ernährung und die psychische Stabilität sind weitere Faktoren, die einen positiven Einfluss auf die Erkrankung haben. Letztendlich muss aber jeder seinen Weg, eben seine Spur mit der MS finden, und in der Gemeinschaft ist das oft leichter.“ All das sind zentrale Bausteine für „eine gute Lebensqualität – trotz und mit MS“, unterstrich Dagmar Spill, Vorsitzende der DMSG Hessen.

Ein weiterer zentraler Baustein hierfür ist das neue „Funktionstraining bei MS“, das Sportwissenschaftlerin Dr. Stephanie Woschek bei der DMSG Hessen entwickelt und aufgebaut hat – in Kooperation mit der Hochschule Fresenius in Idstein. „Die Übungen sind für Menschen mit MS entwickelt worden. Das Funktionstraining bei MS ähnelt dem Reha- und Koronarsport. Es geht vor allem darum, mit Bewegung etwas gegen die Symptome der Erkrankung zu tun“, erläuterte Anne-Marie Gemmerich, wissenschaftliche Mitarbeiterin der Hochschule Fresenius. Im Oktober 2019 war das „Funktionstraining bei MS“ bei der DMSG Hessen gestartet und erlebte sofort einen ungeheuren Zuspruch. In der Corona-Pandemie musste das Live-Training in weiten Teilen ausgesetzt werden. Stattdessen gelang es der Projektleitung, ein erfolgreiches virtuelles Trainingsformat zu entwickeln, das ebenso gut nachgefragt ist. Beim „Funktionstraining für MS“, das es auf Verordnung gibt, stellen sich die geschulten Trainer auf die Bedürfnisse und das Tempo der Teilnehmer ein, zeigen Übungen im Stehen und Sitzen.

Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft
Landesverband Hessen e.V.

Selbsthilfe in Bewegung!

Landesverband Hessen e.V.

Wittelsbacherallee 86
60385 Frankfurt am Main

Telefon (069) 40 58 98 – 0
Telefax (069) 40 58 98 – 47

Weitere Auskünfte gibt gern:
Sonja Thelen, Öffentlichkeitsarbeit
Telefon (069) 40 58 98 - 22

Nach dem Pressegespräch machte sich die Gruppe per Pedale auf den Weg zur Fahrradmesse „Velo Frankfurt“ an der Eissporthalle, wo DMSG Hessen und „Radfahrlust“ an beiden Tagen einen Stand hatten. An diesem informierten sie zum einen über die vielfältigen Angebote der DMSG Hessen – insbesondere über das neue „Funktionstraining bei MS“. Und zum anderen wurde die „Freiheit auf drei Rädern“ für Menschen mit Handicaps demonstriert, die die MS-Gruppe „Radfahrlust“ eben seit 2008 verkörpert.

Bildunterschriften (© Sonja Thelen):

Bild FFM Beratungsstelle_Tourstart: Die Radfahrgruppe startet zu ihrer Tagesetappe in Richtung Krankenhaus Nordwest: Andreas Herber (v.l) und Benno Rehn. (© Sonja Thelen)

Bild FFM Beratungsstelle_Gruppe: (v.l.) Anne-Marie Gemmerich, Benno Rehn, Doris Althofen, Dieter Maaß (Radfahrlust), Andreas Herber (Radfahrlust, vorne Liegedreirad), Dagmar Spill, Clemens Busch (Schatzmeister DMSG Hessen), Birgit Maaß (Radfahrlust) und Klaus Vock. (© Sonja Thelen)

Bild FFM Beratungsstelle: Vorm Start an der Frankfurter Beratungsstelle werden letzte Details besprochen: (vordere Reihe v.l.) Benno Rehn, Dieter Maaß, Andreas Herber, (hintere Reihe v.l.) Anne-Marie Gemmerich, Doris Althofen, Sandra Weires-Guia (DMSG Hessen) und Birgit Maaß (Radfahrlust). (© Sonja Thelen).

Bild FFM KH Nordwest Podium: (v.l.) Doris Althofen, Dagmar Spill, Prof. Dr. Uta Meyding-Lamadé, Benno Rehn, Klaus Vock und Anne-Marie Gemmerich. (© Sonja Thelen)

Bild FFM KH Nordwest Tourstart: Prof. Dr. Uta Meyding-Lamadé (Bildmitte) verabschiedet die Radfahrgruppe, die sich auf den Weg zur Velo Frankfurt macht. (© Sonja Thelen)

Die DMSG Hessen

1980 wurde der Landesverband Hessen e.V. in der DMSG (Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft) gegründet. Die DMSG Hessen ist eine Selbsthilfeorganisation und Interessenvertretung für MS-Kranke in Hessen und hat in Frankfurt ihren Sitz. 20 haupt- und über 500 ehrenamtliche Mitarbeiter arbeiten hier für zirka 19.000 Betroffene in Hessen. Der Landesverband Hessen ist einer von 16 rechtlich selbständigen Landesverbänden, der Bundesverband mit Sitz in Hannover unterstützt die Landesverbände in ihrer Arbeit. Die DMSG Hessen setzt sich für ein weitgehend selbst bestimmtes Leben in Würde, auf freie Entfaltung der Persönlichkeit und auf Chancengleichheit im beruflichen und gesellschaftlichen Leben ein. In den 40 Jahren seines Bestehens ist es dem Landesverband gelungen, in Hessen ein Netz der

Unterstützungsleistungen und Unterstützern zu spannen. In künftig 6 Regionalstellen (Darmstadt, Frankfurt, Fulda, Kassel, Wiesbaden und ab Herbst 2021 neu in Gießen), über 80 Selbsthilfe- und Kontaktgruppen sowie mit einem Netz von Menschen mit MS, die andere Menschen mit MS beraten, finden Mitglieder wie auch Nichtmitglieder hessenweit und wohnortnah unabhängige kompetente Unterstützung. Die DMSG Hessen unterstützt so die Behandlung und ergänzt da, wo staatliche Leistungen fehlen oder unzureichend sind.

Was ist Multiple Sklerose?

Die Multiple Sklerose (MS) ist eine chronisch entzündliche Erkrankung des Zentralnervensystems (Gehirn und Rückenmark), die zu Störungen der Bewegungen, der Sinnesempfindungen und anderen weitgehenden Beeinträchtigungen führen kann. In Deutschland leiden rund 252.000 Menschen an MS, davon geschätzt 19.000 in Hessen. Trotz intensiver Forschungen ist die Ursache der Krankheit nicht bekannt. Sie ist nicht ansteckend. Welche anderen Faktoren zum Auftreten der MS beitragen, ist ungewiss. MS kann heute frühzeitig günstig beeinflusst werden. Die Anzahl der Neuerkrankungen gerade bei jungen Menschen nimmt stetig zu.