

Sadržaj

• Zahvala	5
• Predgovor	9

Simptomi

Kako se multipla skleroza očituje?	13
• Što je multipla skleroza?	14
• Simptomi bolesti	16
– Simptomi na očima	17
– Simptomi kad je zahvaćeno moždano deblo	18
– Simptomi kad je zahvaćen mali mozak	19
– Simptomi kad je zahvaćena kralježnična moždina	20
– Psihički i kognitivni poremećaji	23
– Bolovi kod MS-a	25
– Tijek i razvoj (prognoza)	26

Dijagnoza

Prepoznati bolest	33
• Klinički pregledi	34
– Ispitati poremećaje vida	36
– Prepoznati poremećaje osjeta	36
– Poremećaji ravnoteže i/ili koordinacije	37
– Ispitivanje mišića	37
• Tehnički pregledi	39
– Ispitivanje likvora (lumbalna punkcija)	39
– Postupci slikovnih prikaza mozga – CT i MR	41
– Elektrofiziološka ispitivanja	44

Uzroci

Zašto nastaje multipla skleroza? 47

- Teorije o nastanku bolesti 48
 - Što uzrokuje bolest? 49
 - Što određuje tijek? 50
- Koliko ljudi obolijeva? 53
 - Žene obolijevaju češće od muškaraca 53
 - MS se češće pojavljuje u nekim zemljama 54
- Odgovori na česta pitanja 55
 - Je li MS zarazan? 55
 - Kako MS djeluje na imunološki sustav? 55
 - Koju ulogu ima stres? 56
 - Zašto se MS često pojavljuje u atakama? 56
 - Kako mogu povoljno utjecati na tijek bolesti? 57

Liječenje

Kako liječnik liječi? 59

- Liječenje kortizonom 60
- Imunosupresivna i imunomodulacijska terapija 62
 - Beta-interferon 63
 - Glatirameracetat 67
 - Imunoglobulini 70
 - Liječenje kod progresivnog MS-a 71
 - Sadašnja istraživanja budućih novih metoda liječenja 72
- Liječenje pojedinih simptoma 74
 - Povećana mišićna napetost (spastičnost) 74
 - Podrhtavanje (tremor) i poremećaji koordinacije 76
 - Poremećaji funkcije mokraćnog mjehura 77
 - Zatvor (opstipacija) 81
- Bolesti koje su posljedica MS-a i njihovo liječenje 83
 - Upale mokraćnih putova 83
 - Krvni ugrušci (tromboze) 84
 - Dekubitus 84
 - Upala pluća (pneumonija) 86
 - Prebrzo umaranje 87
 - Tužno raspoloženje (depresija) 87

• Medicinska gimnastika	90	– Trudnoća i MS	121
– Što donosi medicinska gimnastika?	90	– Koji činitelji mogu izazvati ataku bolesti?	123
– Za svaki stadij bolesti postoji odgovarajuća medicinska gimnastika	91	– Profesionalna djelatnost i MS	125
– Dodatne terapije, sport i metode opuštanja	92	– Putovanja i MS	131
– Vježbe koje se izvode kod kuće	94	– Cijepljenje i MS	133
		– Pomoćna sredstva za svakodnevicu	134

Samopomoć

Živjeti s MS-om 99

• Prilagoditi prehranu	100
– Dajte prednost biljnim mastima i uljima	100
– Koje namirnice se preporučuju?	101
– Kako zadovoljiti vaše potrebe za bjelančevinama?	102
– Što trebate znati o nikotinu i alkoholu?	104
• Što bi vam još moglo pomoći?	105
– Ergoterapija (radna terapija)	105
– Psihoterapija	106
– Opće mjere	108
– Alternativne metode	111
• Svladavati svakodnevicu	114
– Obitelj i MS	114
– Seksualnost i MS	117

Dodatne informacije

– Grupe za samopomoć i savjetovališta	146
– Savez društava multiple skleroze Hrvatske (SDMSH)	147
– Bolnice za MS-bolesnike	151
– Tumačenje stručnih pojmova	152
• Kazalo pojmova	158