

PERSPEKTIVEN FÜR MENSCHEN MIT MS

Prof. Dr. med. Christoph Heesen

**Leiter der MS-Ambulanz, Klinik und Poliklinik für Neurologie,
Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE)**

Psyche und Immunsystem

Stress macht krank – das ist Allgemeinwissen. Aber was steckt dahinter? Gibt es insbesondere für das Immunsystem und für Erkrankungen des Immunsystems wie MS eine besondere Rolle von psychischen Faktoren?

Schwere Entzündungsprozesse wie eine Grippe bewirken sehr offensichtlich Verhaltensänderungen: Menschen ziehen sich zurück, werden einsilbig, sind müde, schlafen, zeigen depressionsähnliche Beschwerden. Möglicherweise führen aber auch leichte Entzündungen, vor allem wenn sie im Gehirn stattfinden, zu Verhaltensänderungen. Bei MS finden sich erstaunlich oft Depressionen, mehr als bei vergleichbar schweren Erkrankungen. Und seit neuestem gibt es sogar Hinweise, dass die Depressionen bei MS mit einem schlechteren Verlauf einhergehen. Die möglichen Mechanismen sind dabei wenig verstanden. Aber es gibt Therapieansätze. Interessanterweise scheinen Medikamente gegen Depressionen auch Einfluß auf die Entzündungsaktivität im Kernspin zu haben.

Der Zusammenhang von psychischen Belastungen und daraus folgenden Veränderungen im Immunsystem ist weniger offensichtlich. Impfstudien haben jedoch sehr überzeugend gezeigt, dass gestresste Studenten schlechtere Impfantworten haben als nicht belastete Studenten. Bei MS haben zwei sehr gut gemachte Studien aus Israel und dem Libanon in den neunziger Jahren unabhängig voneinander gezeigt, dass das Risiko für Schübe in Kriegszeiten steigt. Darüber hinaus konnte eine kontrollierte Studie mit einem Stressmanagementtraining zeigen, dass therapierte MS-Betroffene weniger MR-Aktivität haben. Eine andere Studie zeigte, dass ein selbstbewußter Umgang mit Schüben das Schubrisiko senkt. Ebenso beeinflussen Meditation und Entspannungsverfahren Immunfunktionen. Schließlich finden sich große Untersuchungen aus mehreren Ländern, die zeigen, dass schwere Stressereignisse, so genannte Traumatisierungen, das Risiko an MS zu erkranken erhöhen. Und, erste Daten deuten darauf hin, dass MS-Betroffene mit einer Belastungsstörung nach einem solchen Ereignis auch ein größeres Risiko für eine Progression haben.

Zusammengefasst stehen psychische Faktoren in einem komplexen Zusammenhang mit dem Immunsystem und insbesondere bei Immunerkrankungen wie der MS. Daraus ergibt sich, dass es erstens wichtig ist, diese zu erfassen und zweitens sinnvoll ist, diese zu behandeln, nicht nur zur Beschwerdelinderung, sondern wegen des möglichen Effektes auf den Krankheitsprozess.

Take Home Messages

- Massiver Stress ist ein möglicher MS-Aulösefaktor
- Depression macht MS schlechter
- Verhaltensmedizin kann helfen

Prof. Dr. med. Christoph Heesen
Leiter MS-Ambulanz, Klinik und Poliklinik für Neurologie
Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE)
Martinistraße 52, 20246 Hamburg
01522 28 15 445, heesen@uke.de

