

Sperrfrist bis Freitag, den 25.09.2015 um 11.15 Uhr

Mit der DMSG-App *MS Kognition* spielerisch Aufmerksamkeit, Gedächtnis und Exekutivfunktionen trainieren

Hannover, 25. September 2015. Beinahe jeder zweite MS-Erkrankte hat kognitive Probleme. Das belastet neben der privaten, vor allem die berufliche Situation. Doch mit gezielten Übungen lassen sich kognitive Störungen reduzieren beziehungsweise verbessern. Die kostenfreie App *MS Kognition*, die der Bundesverband der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft zusammen mit der AMSEL, Aktion MS-Erkrankter, Landesverband der DMSG in Baden-Württemberg e.V., entwickelt hat, ermöglicht es ab sofort, kognitive Funktionen unabhängig von Zeit und Raum zu trainieren.

In der als Android- und iTunes-Version bereitgestellten App *MS Kognition* helfen sechs wissenschaftlich fundierte Übungen Aufmerksamkeit, Gedächtnis und Exekutivfunktionen, also Handlungsplanung und problemlösendes Denken, spielerisch wieder „auf Vordermann zu bringen“. So schult die „Blitzreaktion“ die Reaktionsbereitschaft, „Fischfang“ stärkt die geteilte Aufmerksamkeit, „Getränkeausschank“ verbessert die Konzentrationsfähigkeit. Während „Reihenspeicher“ das Langzeitgedächtnis und „Vorletzter“ das Arbeitsgedächtnis trainieren, ist die „Wörtersuche“ ein probates Mittel um die Exekutivfunktionen zu stärken.

Wer in seinem Smartphone in den Kategorien Gesundheit & Fitness sowie Medizin mit den Schlüsselwörtern Kognitive Probleme, Kognition, Kognitionstraining, MS, Multiple Sklerose, DMSG oder AMSEL sucht, wird schnell fündig und kann, egal, wo er sich gerade aufhält, seine kognitiven Fähigkeiten trainieren. Die Übungen verfügen in der Regel über mehrere Schwierigkeitsstufen. Nach jeder Übung wird das aktuelle Ergebnis ausgewertet und der bisherige Ergebnisverlauf dokumentiert. Zusätzlich werden die Bestmarken in einer Statistik gesammelt. Darüber hinaus erhält der Nutzer eine Menge Hintergrundwissen und weitere nützliche Tipps.

Fachlich wurde die DMSG-App *MS Kognition* von Prof. Dr. med. Peter Flachenecker, Vorstandsmitglied im Ärztlichen Beirat des DMSG-Bundesverbandes, und Diplompsychologin Heike Meißner begleitet. Die Techniker Krankenkasse (TK) hat die Realisierung der App im Rahmen der Projektförderung der Krankenkassen 2015 dankenswerterweise finanziell unterstützt.

Übrigens: Hilfreich ist die App *MS Kognition* nicht nur für MS-Erkrankte. Jeder, der seine kognitiven Fähigkeiten trainieren und dabei viel Spaß haben will, liegt mit dieser App goldrichtig.

Zeichen (mit Leerzeichen): 2.480
Zeichen (ohne Leerzeichen): 2.179

Dieser Abdruck ist honorarfrei. Über ein Belegexemplar würden wir uns freuen.
Presstext und Bildmaterial sind im Internet abrufbar unter: www.dmsg.de

Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft, Bundesverband e.V.
Krausenstraße 50 • 30171 Hannover
Telefon: 0511 96834-0 • Telefax: 0511 96834-50 • E-Mail: dmsg@dmsg.de

Hintergrund:

Der **DMSG-Bundesverband e.V.**, 1952/1953 als Zusammenschluss medizinischer Fachleute gegründet, vertritt die Belange Multiple Sklerose Erkrankter und organisiert deren sozialmedizinische Nachsorge.

Die Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft mit Bundesverband, 16 Landesverbänden und derzeit 900 örtlichen Kontaktgruppen ist eine starke Gemeinschaft von MS-Erkrankten, ihren Angehörigen, 4.230 engagierten ehrenamtlichen Helfern und 245 hauptberuflichen Mitarbeitern. Insgesamt hat die DMSG rund 45.000 Mitglieder.

Mit ihren umfangreichen Dienstleistungen und Angeboten ist sie heute Selbsthilfe- und Fachverband zugleich, aber auch die Interessenvertretung MS-Erkrankter in Deutschland. Schirmherr des DMSG-Bundesverbandes ist Christian Wulff, Bundespräsident a.D.

Multiple Sklerose (MS) ist eine chronisch entzündliche Erkrankung des Zentralnervensystems (Gehirn und Rückenmark), die zu Störungen der Bewegungen, der Sinnesempfindungen und auch zur Beeinträchtigung von Sinnesorganen führt. In Deutschland leiden nach neuesten Zahlen des Bundesversicherungsamtes mehr als 200.000 Menschen an MS. Trotz intensiver Forschungen ist die Ursache der Krankheit nicht genau bekannt.

MS ist keine Erbkrankheit, allerdings spielt offenbar eine genetische Veranlagung eine Rolle. Zudem wird angenommen, dass Infekte in Kindheit und früher Jugend für die spätere Krankheitsentwicklung bedeutsam sind. Welche anderen Faktoren zum Auftreten der MS beitragen, ist ungewiss. Die Krankheit kann jedoch heute im Frühstadium günstig beeinflusst werden. Weltweit sind schätzungsweise 2,5 Millionen Menschen an MS erkrankt.

Dieser Abdruck ist honorarfrei. Über ein Belegexemplar würden wir uns freuen.
Presstext und Bildmaterial sind im Internet abrufbar unter: www.dmsg.de

Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft, Bundesverband e.V.
Krausenstraße 50 • 30171 Hannover
Telefon: 0511 96834-0 • Telefax: 0511 96834-50 • E-Mail: dmsg@dmsg.de