Sevgili MS Ailesi,

2019 yılına girdiğimiz bu günlerde öncelikle MS dostlarının yeni yılını kutluyor, iyi seneler diliyorum.

2018 yılında MS Derneği Ankara Şubesi’nin çabalarıyla “Birlikte Güçlüyüz” etkinliklerine imza attık. Derneğimizi ve MS hastalığını açıklayan tanıtım filmlerimizle, uzmanına sorun videolarımızla ve kamu-radyo spotlarıyla sizlere ulaşmaya ve kamuoyunda farkındalık yaratmaya çalıştık. MS’in uzun dönemli bir mücadele gerektirdiğini hep dile getiriyoruz. Bu nedenle hastalığı kabullenmek, yapılması gerekenlere izin vermek, hekim-hasta işbirliği ve uyumu son derece önemli bir yer tutmakta.

MS hastalığıyla ilgili her geçen gün yeni ilerlemeler kaydediliyor. Hastalığın tipine ve aktivitesine göre, lezyon yüküne göre, gidişe göre tedavi seçeneklerimiz var.

Günümüzde hastalığın seyrini değiştiren enjeksiyon tedavileri; değişik sıklıklarla yapılmakta ve uzun yıllardır kullanılmaktadır. Atak sıklığını azaltan bu ilaçlar, özürlülüğe yansımaları sınırlı olmakla beraber erken dönemde kullanıldığında etkin sonuçlar alınabiliyor.

Hastalığın farklı evrelerinde serum şeklinde uygulanan bazı tedaviler ve son dönemlerde ağızdan alınan tedaviler de mevcut. Türkiye’de de uygun hastalara kullanılmaya başlandı. Atak sıklığını düşürmede ve MR’daki aktiviteyi baskılamada enjeksiyon tedavilerine göre etkinlikleri oldukça yüksek.

Yavaş seyirli hastalarda (Primer progresif) ilk kez çıkan bir ilaç MS merkezlerinde uygulamaya girdi. MS dostları bilmelidir ki etkinlik arttıkça yan etki profili de artabiliyor. Ayrıca ilaç cevapları özellikle bağışıklık sistemi söz konusu olduğunda oldukça bireyseldir. Kısacası her hasta için en yararlı ilaç farklı olabilir.

Şunu da vurgulamak isterim ki, tüm gelişmelere rağmen, medikal tedavi her şey demek değildir. MS’de süreci hasta yönetmelidir. Hekimle doğru iletişim, düzenli yaşam ve beslenme, mutlaka bir spor ile içiçe olmak, ve uyku saatlerine dikkat etmek ve aktif yaşamın içinde mümkünce olabilmek; ve de Sosyal çevreyi korumak gibi çok değerli önlemler yaşam kalitesini sürdürmekte çok değerlidir.

MS’de tedavi yaklaşımları fizyoterapisiz tamamlanmış sayılmaz, her hastanın her aşamada fizyoterapik bakış açısına ve desteğe ihtiyacı vardır.

İlaçlarını bırakıp alternatif tedaviye kayarak hastalığının seyrini etkileyen hastalara seslenmek istiyorum. Alternatif tedavilerin hiçbiri, ne ozon, ne bazı otlar bitkiler gerekli bilimsel çalışmalar ile ispatlanmış tedavi yöntemleri değildir... Bilim dünyası bunları önermiyor. Tıbbın ve bilimin alternatifi olmaz. Kronik bir hastalık sahibiyseniz bazı ilaçların kullanılması zaman alır, kombine tedaviler gerekir, bir mücadele gerekir. Mucize beklememek ve o an için sizi iyi anlayan, bu işin içinde olan bir hekimle, bir ekiple işbirliği yapmanız çok daha faydalı olacaktır.

Tabi en önemli tedavi moral, pozitif düşünme, sevilen insanlarla beraber olmak ve bir hedefinizin olmasıdır. MS Derneği Ankara Şubesi’nin yıl boyu süren renkli etkinliklerine katılmanızı, bir arada olmanın gücünü hissetmenizi isterim. Değerli MS dostları hayattan kopmayın ve hayata gülüMSemeyi unutmayın.

Prof. Dr. Rana Karabudak