

Együtt a rajtnál és a célnál is: triatlonon fogtak össze orvosok és SM-betegek

Júl 19, 2022

Budapest, 2022. július 19. — Július 16-án, Tatán rendezték meg az SM Triatlont a Novartis támogatásával, ahol szklerózis multiplexben érintett betegek, orvosaik, egészségügyi szakdolgozók, valamint a Novartis és a Magyar Sclerosis Multiplexes Betegekért Alapítvány (MSMBA) képviselői egyaránt részt vettek, bebizonyítva, hogy ahogyan a versenyen, a betegséggel is közösen küzdenek meg a rajttól a célig. *Együtt Semmi seM* lehetetlen.

A különleges triatlon keretében közel 50-en indultak egyéniben vagy váltóban teljesítve a versenyt a szurkolók támogatásával. Ezen a futamon azonban nem csak a helyezettek arattak diadalt, az igazi győzelem, hogy a szklerózis multiplex által különböző szemszögből érintett résztvevők közösen, csapatban teljesítették a sportemberek számára is kihívást jelentő távot. A rendezvénnel a szklerózis multiplex betegségekre és az ezzel együtt élők mindennapos kihívásaira kívánták a szervezők felhívni a figyelmet, valamint az érintettek számára támogatást nyújtani az egészségtudatos életmód kialakításában.

A július 16-i program, Magyarország egyik legjelentősebb triatlonversenye, a tatai Old Lake Man infrastruktúrájára épült, élve annak az indulók biztonságát szavatoló professzionális megoldásaival. A résztvevők vegyesváltóban, többféle távopció közül választva teljesítették közösen a triatlon olimpiai össztávját: 1,5 km úszást, 40 km kerékpározást és 10 km futást. A leküzdendő táv az élethosszig tartó betegséget is jelképezte, valamint a váltóversenyben való részvétellel az SM (szklerózis multiplex) közösség megerősítését, összekovácsolását is célozták a szervezők, illetve annak tudatosítását, hogy a betegek nincsenek egyedül a küzdelemben.

„Az SM terápiás lehetőségei rengeteget fejlődtek az elmúlt évtizedben, és noha a betegség maga jelenleg még nem gyógyítható, napjainkban már a betegek állapotromlását lelassító, illetve a tünetek fellángolásának megelőzését célzó magas hatékonyságú terápiák állnak rendelkezésünkre” – mondta Dr. Rózsa Csilla, a Magyar Neuroimmunológiai Társaság (MANIT) elnöke. - A betegek gondozásának egyik legfontosabb feladata, hogy a lehetséges terápiák közül a beteg számára leginkább megfelelő, személyre szabott kezelési tervet állítsuk fel. Fontos kiemelni a korai, pontos diagnózis felállításának jelentőségét, így válik lehetségessé a betegség korai, hatékony kezelésének megkezdése. A tapasztalatok azt mutatják, hogy sokat számít, ha a betegek az általános mentális egészségükkel és fizikai állapotukkal is törődnek, a rendszeres és örömmel végzett testmozgás pedig mindkettőt támogatja. Fontos, hogy a kitűzött célokat, a terhelés mértékét és milyenségét mindig a beteg aktuális állapotához igazítsuk, figyelembe véve a betegség által meghatározott reális kereteket. Így számíthatunk sikerélményre, a mindennapi győzelmek megélése pedig segít a motiváció megőrzésében és az SM-betegek életminőségének fenntartásában.”

A festői Öreg-tó partján, a Zsigmond teraszon a futammal párhuzamosan zajlott kerekasztal-beszélgetés során a szakértők eloszlatták az SM és a sport kapcsolatát érintő tévhiteket és pozitív példákról, tanulságokról számoltak be: a szklerózisos betegeknek nem kell tartózkodniuk a mozgástól, ellenkezőleg, hiszen ezáltal csökkenthető a tünetek súlyossága, a fáradtság, a sport javíthatja a fizikai funkciókat és összességében elmondható, hogy pozitív hatása van az SM-ben érintettek életminőségére.

Ugyanakkor a szklerózis multiplex egy ezerarcú betegség, tünetei nagyon sokfélék lehetnek, ezért különösen fontos, hogy mindenki megtalálja a számára és állapotának leginkább megfelelő mozgásformát. A mozgásszegény életmód kockázatai széles körben ismertek, és közismert az is, hogy a rendszeres mozgás nemcsak a testre, hanem a pszichére is pozitívan hat. Ehhez azonban elengedhetetlen, hogy a betegek az adott mozgásformát örömmel végezzék, amihez nagyban hozzájárulhat az is, ha a környezetük támogató ebben.

„Az elmúlt évek tapasztalatai azt mutatják, hogy a betegek közérzete, motivációja szempontjából nagyon sokat számít a támogató közeg” – mondta el Szántai Anita, az MSMBA elnöke. - Fontos, hogy a diagnózissal egyidőben a betegekben azt is tudatosítsuk, nincsenek egyedül, mellettük áll a kezelőorvosuk, és fordulhatnak támogatásért, tanácsokért a betegszervezetekhez is, ahol más SM-betegekkel tapasztalatot cserélhetnek. A rehabilitációs központunk működtetése mellett Alapítványunk önkéntes segítőszolgálat szervezésével, programokkal, érdekképviseléssel is segíti a rászoruló SM betegeket. Többféle lehetőséget biztosítunk a testmozgásra - például az ingyenes Mozgásprogramunk keretében - miközben egy támogató és befogadó közösséget építünk.”

A szklerózis multiplex egy jelenleg gyógyíthatatlan, de kezelhető, a központi idegrendszert érintő, élethosszig tartó autoimmun betegség; egyre fokozódó mozgáskorlátozottsággal és krónikus fáradtsággal jár, melyet többnyire fiatal felnőttkorban diagnosztizálnak. Magyarországon mintegy 10 000 ember érintett, a betegek több mint kétharmada nő¹. Az SM kiváltó oka egyelőre nem ismert, de kialakulása összefüggésbe hozható több tényezővel, mint például a D-vitamin hiányával, a gyermekkori elhízással, a családi hajlammal vagy az Epstein-Barr vírus okozta fertőzéssel is. SM-re utaló tünet például a hirtelen jelentkező látásromlás, a járási nehézség, a bélrendszeri és húgyhólyagproblémák, a beszédhez, gondolkodáshoz kapcsolódó nehézségek és a krónikus fáradtság².

„A szklerózis multiplex kezelésében a betegek, orvosok és segítők együtt vannak jelen, közös erővel küzdenek meg a betegség nehézségeivel, tüneteivel, hogy az SM-beteg mindennapjaiban minőségi javulást érjenek el – mondta el Dr. Földesi Csenge, a Novartis orvosigazgatója. - Ezt a szellemiséget képviselve szerveztük meg ezt a különleges triatlont is az MSMBA betegszervezettel karöltve, ahol a betegség által különböző módokon érintettek mind együtt úsztak, futottak és bicikliztek, szimbolizálva azt az együttműködést, mely az SM diagnózis felállítását követően védőhálóként veszi körül a betegeket, hogy ne kelljen egyedül végig menniük ezen az úton.” A szervezők fontosnak tartották, hogy jelképesen azokért is sportoljanak, akiknek a betegségük előrehaladott állapota miatt már nincs lehetőségük elindulni egy ilyen távon.

Az SM Triatlon a Novartis Hungária Kft. támogatásával és a Magyar Sclerosis Multiplexes Betegekért Alapítvány, valamint a Multiplex Magazin közreműködésével jött létre. A partnerek célja, hogy felhívják a figyelmet az SM-betegségekre, és támogassák az érintetteket az egészségtudatos életmód kialakításában, valamint elősegítsék a szklerózis multiplexszel kapcsolatos tévhitek felszámolását, és megerősítsék a betegeket abban, hogy nincsenek egyedül, a családtagokat pedig abban, hogy az orvosok mellett ők is sokat tehetnek az SM-betegek lelki és fizikai jólétének megőrzéséért azzal, ha támogatóan, motiválóan állnak az SM-es szeretteik mellett.

További információk a szklerózis multiplexről:

[Magyar Sclerosis Multiplexes Betegekért Alapítvány \(MSMBA\)](#)

teljeSM.hu – Úgy élni, mint mások

A Novartis-ról

A Novartisnál újragondoljuk az orvoslást azért, hogy jobban tegyünk és meghosszabbítsuk az emberek életét. A

világ egyik vezető egészségügyi vállalataként a tudományos alapokon nyugvó innovációt ötvözzük a digitális technológiai megoldásokkal azért, hogy olyan terápiákat hozzunk létre, amelyek választ adnak a társadalmi szempontból legnagyobb kihívást jelentő egészségügyi problémákra. Küldetésünk, hogy új gyógymódokat fedezzünk fel, folyamatosan a kutatás-fejlesztésre legtöbbet fordító világcégek élvonalába helyez bennünket. A Novartis termékei világszerte csaknem 800 millió emberhez jutnak el, miközben folyamatosan olyan újszerű megoldásokat keresünk, amelyekkel bővíthetjük a legújabb terápiáinkhoz való hozzáférést. A Novartis világszerte 109,000 főt foglalkoztat, több mint 140 különböző nemzetiségből.

A Novartis Hungária idén 25 éve segíti innovatív terápiáival az emberek életét Magyarországon. Tudjon meg többet rólunk: <https://www.novartis.com/hu-hu>

Sajtókapcsolatok:

Hatem Lemia

Novartis Hungária Kft.

lemia.hatem@novartis.com

Kékvölgyi Anita

ACG Pro

kekvolgyi.anita@acg.hu

Novartis SM triatlon sajtóközlemény (PDF 0.4 MB)

1. Iljicsov A, et al. Incidence and prevalence of multiple sclerosis in Hungary based on record linkage of nationwide multiple healthcare administrative data. PLoS One. 2020 Jul 27;15(7):e0236432.
2. Olek MJ. Multiple Sclerosis. Ann Intern Med. 2021 Jun;174(6):ITC81-ITC96. doi: 10.7326/AITC202106150. Epub 2021 Jun 8. PMID: 34097429.

HU2207195361

Lezárás dátuma: 2022. július 19.

Source URL: <https://www.novartis.com/hu-hu/hirek/sajtóközlemények/egyutt-rajtnal-es-celnal-triatlonon-fogtak-ossze-orvosok-es-sm-betegek>

List of links present in page

- <https://www.novartis.com/hu-hu/hu-hu/hirek/sajt%C3%B3k%C3%B6zlem%C3%A9nyek/egyutt-rajtnal-es-celnal-triatlonon-fogtak-ossze-orvosok-es-sm-betegek>
- <https://www.msmba.hu/>
- <https://www.livinglikeyou.com/hu>
- <https://www.novartis.com/hu-hu/hu-hu/fooldal>
- <mailto:lemia.hatem@novartis.com>
- <mailto:kekvolgyi.anita@acg.hu>
- https://www.novartis.com/hu-hu/hu-hu/sites/novartis_hu/files/Novartis_SM_triatlon_sajtokozlemeney_final_HU2207195361_0.pdf