



# Ali izgledaš tako dobro!

**Ja sam više od MS-a!**

kampanja osvještavanja javnosti o multipli sklerozi



Savez društava  
multiple skleroze  
Hrvatske

# Ali izgledaš tako dobro!

**Ja sam više od MS-a!**

kampanja osvještavanja javnosti o multipli sklerozi

Savez društava multiple skleroze Hrvatske  
Trnsko 34, p.p. 74, 10020 Zagreb  
Tel/fax: 01 6554 757

Email: [sdms\\_hrvatske@sdmsh.hr](mailto:sdms_hrvatske@sdmsh.hr)

Facebook: [savezdrustavamshrvatske](#)

Instagram: [savezdrustavamultipleskleroze](#)

Web: [www.sdmsh.hr](http://www.sdmsh.hr)

Grafička priprema i dizajn:

Tanja Malbaša, mag.art.

1.izdanje

Travanj, 2023.

Aktivnosti Svjetskog dana multiple skleroze 2023. omogućene su financijskom podrškom tvrtki Biogen, Roche i podrškom Nacionalne zaklade za razvoj civilnoga društva. Sadržaj ove brošure isključiva je odgovornost Saveza društava multiple skleroze Hrvatske.



"Svi navedeni **nevidljivi simptomi** više utječu na naše živote nego vidljivi simptomi."

"Voljela bih da **drugi znaju** da ja imam tu bolest a ne ona mene...i da se trudim koliko toliko normalno živjeti...puno toga još ne znamo o multiploj sklerozi i zato je potrebno razgovarati o svemu...moja obitelj me podržava i mogu s njima razgovarati o svemu. To želim svima..."

"To što "**ne izgledam bolesno**" ne znači da je sve ok!"

"Nije sve onako kako izgleda. **Ne znate** što se iza osmijeha krije."

"Često čujem rečenicu: "**Pa ne izgledaš bolesno!**" Jednostavno, dok ne šepaš i dok se ne treseš nitko ti ne vjeruje koliko je teško izdržati dan na poslu, a još i obaveze kod kuće!"

Odgovori oboljelih od multiple skleroze u anketi "Nevidljivi simptomi i MS", provedene u sklopu kampanje "Ja sam više od MS-a!" i Svjetskog dana multiple skleroze 2023.



Sa MS Vikenda, održanog od 30.9. do 2.10.2022. u Biogradu na moru, a povodom Nacionalnog dana oboljelih od multiple skleroze 2022. u organizaciji Saveza društava multiple skleroze Hrvatske.

Mnoge osobe koje žive s MS-om prolaze iskustvo "nevidljivih" MS simptoma. To kod osobe može stvoriti niz nedoumica. Neke osobe oko vas pretpostavljaju da vi zapravo nemate bolest niti da ste bolesni. Takva činjenica može potkopati vaše samopouzdanje i vaše odnose, a može vas i obeshrabriti od traženja pomoći za vaše zdravstvene ili psihičke probleme. Vi živite život sa svim svakodnevnim stvarima koje drugi ljudi ne mogu vidjeti – sa vašim osjećajima ljutnje, neizvjesnosti, frustracije i straha. Ipak, neki ljudi će vas pogledati pravo u oči i reći:

## "Ali izgledaš tako dobro!"

Činjenice vam govore da trebate biti spremni educirati važne osobe u vašem životu o vašoj multipli sklerozi i simptomima koje osjećate. Ova će vam brošura pomoći da se osjećate bolje pripremljeni za takve razgovore.





## UČESTALI NEVIDLJIVI SIMPTOMI MS-A

Uobičajeni "nevidljivi" simptomi MS-a koje je teško uočiti uključuju umor, bol, kognitivne probleme poput gubitka pamćenja ili poteškoće u rješavanju problema, slabost, zamagljeni vid, utrnulost, peckanje ili osjećaji bockanja, osjetljivost na toplinu, vrtoglavica, problemi s ravnotežom/koordinacijom i problemi s mjehurom ili probavom. Važno je prepoznati da postoje lijekovi, terapije, strategije suočavanja, tehnike samopomoći i oblici podrške koji će vam pomoći u rješavanju ovih problema. Razgovarajte sa svojim neurologom, medicinskom sestrom ili nazovite Savez društava multiple skleroze Hrvatske na SOS MS telefon - 0800 77 89. Možete se obratiti nama ili dostupnim stručnjacima na više načina. Sve informacije saznajte posjetom našoj web stranici: [www.sdmsh.com.hr](http://www.sdmsh.com.hr).

Svatko ponekad osjeti umor, ali osobe koje žive s MS-om teško su pogodjene nekom vrstom umora koji ponekad preplavljuje cijelo tijelo. Ovakav umor može biti teško objašnjiv osobama oko vas. Osobe sa MS-om često ulažu dodatne napore u obavljanju najjednostavnijih aktivnosti, kao što je podizanje nogu pri hodanju, radnja koja je prije bolesti bila jednostavna i nagonska. Ovakvi naporci dodatno pridonose umoru.

Dok su svi ponekad zaboravni, osobe koje žive s MS-om mogu imati propuste u pamćenju koji signaliziraju kognitivno oštećenje, jedan od najizazovnijih nevidljivih simptoma MS-a. Neurolozi unutar MS zajednice prepoznaju da takvo kognitivno oštećenje pogađa do 60% svih osoba s MS-om. Problemi su obično suptilni i nazivaju se "blagi", ali mogu imati veliki utjecaj na život osobe.

Mnoge osobe s MS-om imaju problema s mokraćnim mjehurom i/ili probleme s probavom. Sram i tjeskoba koje su povezane sa tim simptomima mogu uzrokovati kod osobe prekid društvenih, seksualnih i svakodnevnih aktivnosti što dovodi do depresije i izolacije. Osim toga, navedeni simptomi, ukoliko se ne liječe, mogu se razviti u ozbiljne zdravstvene probleme. Novi lijekovi i promjene u prehrani mogu zadržati nevidljive simptome pod kontrolom. Slobodno razgovarajte sa svojom medicinskom sestrom ili neurologom.

Sa MS Vikendom, održanog od 30.9. do 2.10.2022. u Biogradu na moru, a povodom Nacionalnog dana oboljelih od multiple skleroze 2022. u organizaciji Saveza društava multiple skleroze Hrvatske.

## SAMOPOUZDANJE

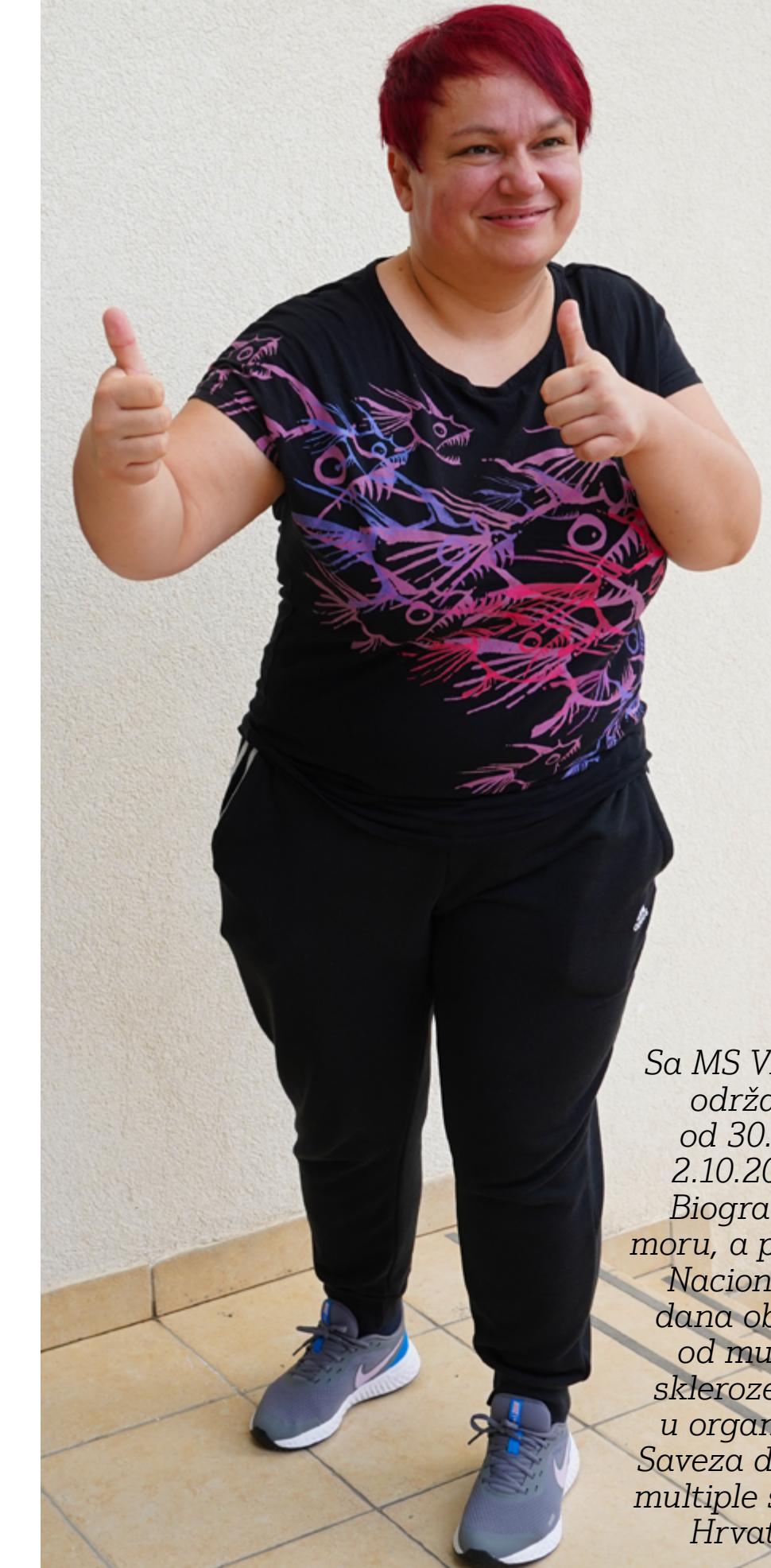
Dijagnoza multiple skleroze može promijeniti način na koji razmišljate o sebi. Tko smo i kako se definiramo često je povezano sa poslom koji obavljamo, sa brakom ili vezom u kojoj se nalazimo ili načinom na koji gledamo i osjećamo svijet oko sebe. Potpuno je razumljivo da kada u naš život uđe MS, da to utječe na naše samopoštovanje i povjerenje.

**Osobe sa multiplom sklerozom moraju se stalno prilagođavati razlikama između onoga što osjećaju „iznutra“ i onoga kako svijet reagira na njih kada one „izgledaju tako dobro“.**

Članovi obitelji, prijatelji, poslodavci, pa čak i liječnici mogu posumnjati u valjanost ili intenzitet nevidljivih simptoma. Nije neuobičajeno da kada osobu sa MS-om okolina učestalo ispituje kako je, da sama osoba počne sumnjati u vlastitu percepciju zdravlja.

MS je drugačiji za svaku osobu, a važno je naučiti prepoznati kakav je vaš MS. Neke osobe vode dnevnik u kojoj opisuju svakodnevnicu, a neke vode dnevnik simptoma. Razgovor pun povjerenja i razumijevanja sa savjetnicima, psihologom ili drugim osobama sa MS-om pomažu da samopouzdanje ostane netaknuto.

Ali izgledaš tako dobro! / 4



Sa MS Vikenda,  
održanog  
od 30.9. do  
2.10.2022. u  
Biogradu na  
moru, a povodom  
Nacionalnog  
dana oboljelih  
od multiple  
skleroze 2022.  
u organizaciji  
Saveza društava  
multiple skleroze  
Hrvatske.

## SVE JE U OBITELJI

Kada jedan član obitelji živi s MS-om, svi u obitelji su pogođeni. To je istina bez obzira je li MS vidljiv ili nevidljiv. Nevidljivi simptomi multiple skleroze mogu obeshrabriti oboljelog u komunikaciji sa ostalim članovima obitelji. Umjesto priznanja svojih strahova, neke osobe sa MS-om drže sve u sebi te ne žele o tome razgovarati sa članovima svoje obitelji. S druge strane, članovi obitelji postaju frustrirani, jer vide da njihov član obitelji odustaje od sebe, ali zapravo radi se o specifičnom dijelu priznavanja nevidljivih simptoma i njihovog utjecaja na život osobe. Kako vrijeme prolazi, više nitko u obitelji ne govori o MS-u. Često članovi obitelji, zbog nedostatka komunikacije, simptome MS-a pripisuju lijenosti, jer postaje lakše reći da je to lijenost nego nepredvidljiva bolest. Sa jedne strane obitelj ne razumije simptome multiple skleroze, smatra da se njihov član obitelji predao bolesti, a s druge strane članovi obitelji ponašaju se previše zaštitnički te ponekad sprječavaju člana obitelji sa MS-om da čini stvari sam za sebe.

Nakon prekida šutnje, članovi obitelji trebaju i moraju raditi na modificiranju i određivanju zajedničkih aktivnosti i odgovornosti. Kada se članovi obitelji dovoljno educiraju o multipli sklerozi i svim njezinim aspektima, neće imati potrebu postavljati pitanje jesu li nevidljivi simptomi stvarni. Obitelj koja pruža punu podršku neće dopustiti članu obitelji sa MS-om da se povuče i odustane, ali ga ni neće tjerati i gurati u situacije kada bol, umor ili drugi nevidljivi simptomi postanu ograničavajući i kada preplave osobu sa MS-om.

Ali izgledaš tako dobro! / 5



Sa MS Vikenda, održanog od 30.9. do 2.10.2022. u Biogradu na moru, a povodom Nacionalnog dana oboljelih od multiple skleroze 2022. u organizaciji Saveza društava multiple skleroze Hrvatske.

Sa MS Vikenda, održanog od 30.9. do 2.10.2022. u Biogradu na moru, a povodom Nacionalnog dana oboljelih od multiple skleroze 2022. u organizaciji Saveza društava multiple skleroze Hrvatske.

## ODNOS LIJEČNIKA I PACIJENTA

Osobe s MS-om ponekad se osjećaju nespremni za razgovor sa svojim liječnicima ili medicinskom sestrom, a ponekad niti same osobe ne znaju da su takvi simptomi povezani sa multiplom sklerozom. Budući da ne postavljaju svi liječnici rutinska pitanja o nevidljivim simptomima, osoba s MS-om ostaje sama u suočavanju. Smislen i razumljiv razgovor sa liječnikom može poboljšati vašu sposobnost nošenja sa simptomima i dijagnozom multiple skleroze.

Liječnici ne žele znati samo koje simptome imate, već i kako oni utječu na vaš život. Neki od najvažnijih ciljeva liječenja i rehabilitacije definirani su oko vaših želja i zahtjeva. Važno je što je vama najvažnije, a zatim vam liječnik pomaže da postignete vlastite ciljeve uz lijekove i/ili rehabilitaciju.

Biti u stanju opisati što se događa sa vašom bolešću i kako ona utječe na vaš život od vitalnog je značaja za stvaranje učinkovitog partnerstva sa vašim neurologom, fizijatrom ili medicinskom sestrom. Pokušajte voditi jednostavan dnevnik vašeg zdravlja koji može poboljšati komunikaciju između vas i liječnika. Zapišite pitanja koja želite postaviti, pritom osiguravajući da su vaša najvažnija pitanja na samom vrhu.



## POTREBA ZA PODRŠKOM

Vrlo je važno da se svaka osoba sa MS-om ne povlači u sebe te je važno da govorite o svojim nevidljivim simptomima. Na Facebook-u, Instagram-u, druženjima u udruzi uvijek se iznova ponavlja potreba za povjeravanjem između osoba sa multiplom sklerozom. Ponekad takva komunikacija mora biti i selektivna, ovisna o tome na kojem mjestu dijelite informacije o svojoj bolesti. Odvojite vrijeme kako bi razmislili kome i što ćete podijeliti sa ostalima. Ukoliko su vaši simptomi nevidljivi, većina osoba u okruženju neće znati da imate kroničnu bolest, a tu informaciju možda niti ne trebaju znati. Međutim, svaka osoba sa multiplom sklerozom, treba imati nekoliko bliskih osoba koji znaju što se događa sa vama te sa kojima možete otvoreno razgovarati o svojim problemima i simptomima. Bliska osoba od povjerenja može vam puno pomoći u vašem nošenju sa dijagnozom. Vi odlučujete što, koliko i kada reći osobama oko vas. Osobe koje imaju podršku u svojim udrugama ili grupama podrške imaju manje problema sa suočavanjem sa manje vidljivim simptomima MS-a. Obratite se Savezu društava multiple skleroze Hrvatske i njegovim udrugama članicama kako bi ste dobili informacije i upoznali druge osobe sa MS-om.

**Članovi naših udruga nebrojeno puta su nam rekli kako se međusobno razumiju, a to može stvoriti veliku razliku u suočavanju sa svijetom koji vam stalno poručuje „Ali izgledaš tako dobro!“.**



Sa MS Vikenda, održanog od 30.9. do 2.10.2022. u Biogradu na moru, a povodom Nacionalnog dana oboljelih od multiple skleroze 2022. u organizaciji Saveza društava multiple skleroze Hrvatske.

## NEVIDLJIVI SIMPTOMI MULTIPLE SKLEROZE

**Optički neuritis:** zamagljen vid, bol u oku, gubitak vida za boje, potpun ili djelomičan gubitak vida.

**Dvoslike:** dvostruki vid na jedno ili oba oka.

**Pareza:** mišićna slabost jednog od udova (monopareza), slabost nogu (parapareza), slabost jedne strane tijela (hemipareza), slabost sva četiri uda (tetrapareza).

**Spastičnost:** ograničenost pokreta u zahvaćenoj ruci ili nozi zbog ukočenosti.

**Mišićni spazam:** nevoljan, bolni grč mišića.

**Parestezije:** trnci, mravinjanje.

**Lhermitov znak:** osjećaj prolaska "struje" niz kralježnicu pri savijanju glave.

**Neuralgija, neuropatska bol:** bol u obliku probadanja ili pečenja bez nekog drugog poznatog uzroka, može biti lokaliziran na licu, trupu ili u ekstremitetima.

**Dizestezija ili anestezija:** potpun ili djelomičan gubitak različitih modaliteta osjeta (toplina, vibracija, bol, položaj u prostoru).

**Vrtoglavica:** osjećaj rotacije praćen mučninom, ponekad nagonom na povraćanje.

**Urgentna inkontinencija:** mokrenja i stolice: jak i neodgoviv nagon za mokrenjem ili defekacijom – nemogućnost voljnog zadržavanja mokraće ili stolice.

**Retencija:** nemogućnost spontanog i potpunog pražnjenja mokraćnog mjehura.

**Zatvor (opstipacija):** neredovitost stolice uz osjećaj nadutosti u trbuhu.

**Inkontinencija stolice:** jak i neodgoviv nagon za defekacijom – nemogućnost voljnog zadržavanja stolice.

**Impotencija:** oštećenje seksualnih funkcija, poremećaj erektilne funkcije, ejakulacije, u žena smanjenje seksualne želje (libida) i izostanak orgazma.

## UMOR

Umor je uobičajen simptom multiple skleroze koji zahvaća oko trećinu oboljelih i često uzrokuje poteškoće i bolesniku i liječniku jer je liječenje neizvjesno. Valja razlikovati umor izazvan multiplom sklerozom odobičnog umora, upravo zato jer umor kod multiple skleroze iznimno nepovoljno utječe na svakodnevne životne aktivnosti te ometa ispunjavanje društvenih i poslovnih obaveza. Najčešće se javlja potkraj dana. Uglavnom, bolesnici u oko 60 posto vremena osjećaju umor; postoji akutni oblik, koji se pojavio u zadnjih šest tjedana, te kronični, koji je prisutan dulje od šest tjedana. Ujedno, razaznaje se primarni umor koji se pogoršava kad je bolesnik izložen toplini (kao i druge tegobe u multiploj sklerozi), te može biti prvi i jedini simptom multiple skleroze, a može njaviti i relaps bolest.

Ali izgledaš tako dobro! / 9



Sa MS Vikenda, održanog od 30.9. do 2.10.2022. u Biogradu na moru, a povodom Nacionalnog dana oboljelih od multiple skleroze 2022. u organizaciji Saveza društava multiple skleroze Hrvatske.

## BOL

Bol je jedan od simptoma multiple skleroze koji se može, ali i ne mora pojaviti kod osoba s multiplom sklerozom. Bol je prema riječima izv.prof.dr.sc. Iris Zavoreo, dr.med. nešto što je jako teško definirati, kako je neopipljiv osjećaj, ali je osjećaj koji upozorava da se nešto s organizmom događa te je danas bol smatrani petim vitalnim znakom. U kontekstu multiple skleroze, bol je jedan od važnih simptoma bolesti te se javlja u gotovo 60% osoba s multiplom sklerozom.

Bol je sama po sebi u biti simptom, ali se prikazuje na različite načine. Postoji bol koja je vezana uz receptore za bol kao kad se osoba opeče ili se negdje udari, ali postoji nerecptorska bol koja se javlja kod bolesti središnjeg živčanog sustava kao što je multipla sklerozna. Znakovi boli u različitim dijelovima tijela mogu biti hladnoća, vrućina, trnci, pikanje, nevoljni trzajevi, spazmi i slično.

Multipla sklerozna je bolest s 1000 lica jer ima jako puno znakova. Kod multiple skleroze najčešće se znakovi boli javljaju u vidu trnjenja, žarenja, pečenja pogotovo u donjim ekstremitetima i kod osoba koje imaju smetnje hoda sa spazmima gdje je tonus mišića promijenjen i javlja se posljedično bol. Bol je moguća u cijelom tijelu uz umor koje osobe s multiplom sklerozom osjećaju, a karakterističan je i MS hug, odnosno MS zagrljaj koji je zapravo tupa bol u prsištu.

# PSIHIČKE MANIFESTACIJE MULTIPLE SKLEROZE

Uz primarne fizičke simptome bolesti, u dvije trećine oboljelih od multiple skleroze javljaju se i psihički poremećaji.

## Promjene raspoloženja

Oko dvije trećine bolesnika ima promjene raspoloženja u obliku prolaznih smetnji, anksioznosti ili razdražljivosti, a u oko jedne trećine tih bolesnika smetnje prelaze u tzv. veliki depresivni poremećaj. Promjene raspoloženja obično se javljaju u fazama pogoršanja bolesti te u bolesnika s kroničnim progresivnim oblikom multiple skleroze, ali nisu uvijek u korelaciji s težinom kliničke slike i stupnja invalidnosti.

**Depresija** je najčešći oblik psihičkog poremećaja, više je zastupljena u muškaraca, obično se javlja unutar prvih 5 godina od postavljanja dijagnoze.

**Bipolarni poremećaj** javlja se znatno rjeđe, ali ipak prema nekim istraživanja češće u oboljelih od multiple skleroze nego u općoj populaciji. Ponekad može prethoditi pojavi neuroloških simptoma. Jedna od teorija je o mogućoj zajedničkoj genskoj povezanosti tih dviju bolesti. Također se klinička slika manje može javiti kao nuspojava kortikosteroidne terapije, a postoje i dokazi da je ona vezana uz organsku disfunkciju određenih regija mozga.

**Euforija, patološki smijeh i plač** se smatraju primarno neurološkim poremećajima jer su vezani uz određene strukturalne abnormalnosti mozga kao što je proširenje moždanih komora. Patološki smijeh i plač povezuju se s lezijama u području moždanog debla. Promjene u čeonim režnjevima dovode do promjene karakternih osobina, kao što su impulzivnost, nesposobnost adekvatnog rasuđivanja ili gubitak socijalne inhibicije. Ovakve promjene obično su veći problem za članove obitelji nego za samog bolesnika. Psihotični poremećaji rijetki su u oboljelih od multiple skleroze te je učestalost jednak općoj populaciji.

## **Kognitivni poremećaji**

Kognitivni poremećaji javljaju se u oko 40 – 85% bolesnika s multiplom sklerozom, najčešće u kasnijim fazama bolesti, no ovisno o lokalizaciji demijelinizacijskih oštećenja, mogu se javiti i već na samom početku.

Najčešće se javljaju smetnje pažnje, pamćenja i koncentracije te smetnje govora, obično u vidu otežanog izgovaranja pojedinih riječi, odabira pravih riječi, kao i miješani poremećaji, što sve zajedno otežava govornu razmjenu informacija.

Kako bi se održale kognitivne funkcije, iznimno je bitno svakodnevno vježbati, primjerice učiti strane jezike, nove pjesme, igrati posebne računalne igrica koje povećavaju kognitivne sposobnosti, održavati prijateljske i rodbinske veze.

Kognitivna disfunkcija dio je kliničke slike obično u kasnijim stadijima bolesti, vezuje se uz atrofiju corpusa callosuma. Osobito je važna kontrola rizičnih čimbenika koji se inače povezuju s kognitivnim oštećenjem, kao što je hipertenzija, hiperlipidemija, uživanje alkohola ili pušenje.

### Izvori:

Prof. dr. sc. Vanja Bašić Kes, „MULTIPLA SKLEROZA Bolest s tisuću lica, Priručnik za bolesnike i članove njihove obitelji”, suradnici: Prof. dr.sc. Simeon Grazio, Prof.dr.sc. Petar Kes, Doc.dr.sc. Iris Zavoreo, Dr.sc. Miljenka- Jelena Jurašić, Dr. Lidija Dežmalj Grbelja, Dr. Lejla Ćorić, Dr. Sara Drnasin, Dr. Lucija Zadro Matovina

Zbornik radova sa MS Vikenda, Adria hotel, Biograd na moru, od 30.9. do 2.10.2022., Nacionalni dan multiple skleroze 2022., „Bol i multipla skleroza”, Izv.prof.dr.sc. Iris Zavoreo, dr.med.

## **ANKETA MEĐU OBOLJELIMA OD MULTIPLE SKLEROZE NA "NEVIDLJIVI SIMPTOMI I MS"**

Procjenjuje se da u svijetu ima 2,5 milijuna ljudi koji imaju multiplu sklerozu, dok prema posljednjem izvješću o osobama s invaliditetom u Republici Hrvatskoj (HZJZ, rujan 2022.)<sup>1</sup> 7024 osobe boluje od multiple skleroze. Multipla sklerozu najčešća je kronična upalna demijelinizacijska bolest središnjeg živčanog sustava, većinom se pojavljuje u mlađih osoba između 20. i 40. godine života, uzrok bolesti nije poznat, a žene dva puta češće obolijevaju od muškaraca.

Većina osoba s MS-om prolaze iskustvo nevidljivih MS simptoma. Vrlo je važno razumjeti utjecaj nevidljivih simptoma na živote oboljelih od MS-a, na njihove odnose sa obiteljima, prijateljima ali i okolinu u kojoj žive. S obzirom da je malo istraživanja koja se usredotočuju na nevidljive simptome i kako oni utječu na život osoba s MS-om Savez društava multiple skleroze Hrvatske u suradnji sa svojom 21 udrugom članicom provelo je anketu na temu „Nevidljivi simptomi i MS“ među osobama oboljelima od multiple skleroze. Anketa se sastojala od 16 pitanja, a provedena je u razdoblju od 31. ožujka 2023. do 25. travnja 2023 godine, putem web stranice Saveza ([www.sdmsh.hr](http://www.sdmsh.hr)). Anketa je oglašena putem web stranica udruga članica i društvenih mreža Saveza i udruga članica (Facebook, Instagram) s ciljem da se potakne što više osoba s MS-om na ispunjavanje ankete i o važnosti njihova mišljenja koje će se u sklopu kampanje predstaviti javnosti. Tijekom trajanja ankete, zabilježen je 857 odgovor osoba oboljelih od multiple skleroze.

Svi odgovori bili su anonimni i dobровoljni. Rezultate ankete možete pronaći na web stranici Saveza, no kao zaključak možemo reći: Utjecaj nevidljivih simptoma multiple skleroze na život oboljelih nije lako definirati. Iako su tijekom posljednjeg desetljeća napravljena značajna poboljšanja kako bi senzibilizirala javnost o „bolesti s tisuću lica“- multipli sklerozi, kako osobe s MS-om ne bi bile stigmatizirane i kako bi što manje nailazili na nerazumijevanje još ima prostora za značajna poboljšanja. Ovim anketnim upitnikom, procjenama i vrednovanjem kao alatom u funkciji istraživanja željela se dobiti povratna informacija i potvrditi ili demantirati često pretpostavljen utjecaj nevidljivih simptoma na život oboljelih od MS-a. Sve do provođenja ankete, razmišljanja Saveza i udruga članica o ovim pitanjima, pa čak i na temelju iskustva korisnika bila su samo prepostavke. Nakon provedene i analizirane ankete prepostavke su se pokazale točnima, ali sada su to stvarne brojke na papiru. Rezultati ove ankete argumentirana su potvrda da MS zajednica u Hrvatskoj mora još više raditi na aktivnostima kojima će se javnost upoznati s nevidljivim simptomima MS-a.

---

<sup>1</sup> [https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2022/10/Izvjesce\\_o\\_osobama\\_s\\_invaliditetom\\_2022.pdf](https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2022/10/Izvjesce_o_osobama_s_invaliditetom_2022.pdf)

# Ali izgledaš tako dobro!

## Ja sam više od MS-a!

kampanja osvještavanja javnosti o multipli sklerozi

Savez društava multiple skleroze Hrvatske

Trnsko 34, p.p. 74, 10020 Zagreb

Tel/fax: 01 6554 757

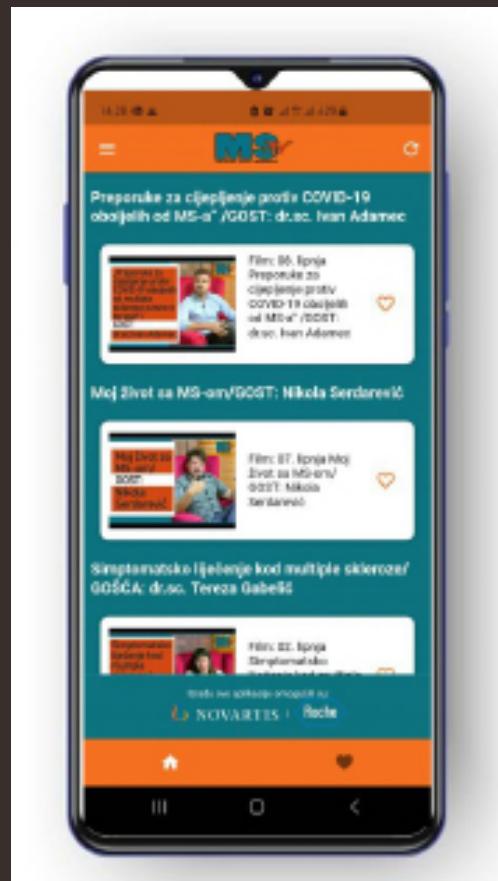
Email: sdms\_hrvatske@sdmsh.hr

Facebook: savezdrustavamshrvatske

Instagram: savezdrustavamultipleskleroze

YouTube kanal: @SDMSHrvatske

Web: www.sdmsh.hr



MS TV je prva Internet televizija za oboljele od multiple skleroze na kojoj objavljujemo podcastove u kojima intervjujiramo stručnjake iz područja zdravstva, zakonodavstva, oboljele od multiple skleroze, članove obitelji oboljelih kao i sve one koji su na bilo koji način povezani s multiplom sklerozom. Prilika je to da na neposredan način dajemo informacije, otvorimo neke nove teme i ugostimo sve one koji žele imati priliku izreći svoja razmišljanja javno. U potpunosti smo nezavisni i možemo pričati o čemu god želimo i kada želimo.

MSTV aplikacija omogućava vam da podcastove gledate bilo kada i bilo gdje.

Aplikaciju možete BESPLATNO preuzeti na Google Play i Apple Store (**SKENIRAJTE KOD**):



GET IT ON  
Google Play



Download on the  
App Store

#nevidljiviMS

Ja sam više od MS-a!  
kampanja osvještavanja javnosti o multipli sklerozi

MS  
KVIZ



Ne morate  
vidjeti moje  
MS simptome  
da biste  
im vjerovali



Savez društava  
multiple skleroze  
Hrvatske

