

30 listopada 2022

## Światowy Dzień Stwardnienia Rozsianego

Dzisiaj obchodzimy Światowy Dzień Stwardnienia Rozsianego, z którym żyje około 2,8 mln osób na całym świecie. Święto zostało zainicjowane w 2009 roku przez Międzynarodową Federację Stwardnienia Rozsianego (MSIF) i ma na celu budowanie wspólnoty wśród chorych oraz ich bliskich, podnoszenie świadomości społecznej oraz walkę ze stereotypami.



### Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niezależnych w Krakowie

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków  
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej  
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501  
[www.mco.krakow.pl](http://www.mco.krakow.pl) [mco@mco.krakow.pl](mailto:mco@mco.krakow.pl)



Rzeczpospolita  
Polska

MAŁOPOLSKA

Unia Europejska  
Europejski Fundusz Społeczny



*Projekt pn. Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie, dofinansowany ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020 w ramach 9. Osi priorytetowej Region spójny społecznie, Działania 9.2 usługi społeczne i zdrowotne, Poddziałania 9.2.2 usługi opiekuńcze oraz interwencja kryzysowa -zit*



find your  
#MS connections

*I connect, we connect*

Tegoroczna kampania ponownie podkreśla rolę i znaczenie więzi społecznych w radzeniu sobie z chorobą, zachęcając jednocześnie do wzajemnego wsparcia, współpracy i solidarnego inicjowania działań na rzecz przezwyciężania barier społecznych i stygmatyzacji, promowania samoopieki i



**Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niezależnych w Krakowie**

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków  
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej  
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501  
[www.mco.krakow.pl](http://www.mco.krakow.pl) [mco@mco.krakow.pl](mailto:mco@mco.krakow.pl)



Rzeczpospolita  
Polska

MAŁOPOLSKA

Unia Europejska  
Europejski Fundusz Społeczny



*Projekt pn. Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie, dofinansowany ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020 w ramach 9. Osi priorytetowej Region spójny społecznie, Działania 9.2 usługi społeczne i zdrowotne, Poddziałania 9.2.2 usługi opiekuńcze oraz interwencja kryzysowa -zit*

zdrowego stylu życia ze stwardnieniem rozsianym, jak również równego dostępu do skutecznego leczenia.

Co to jest stwardnienie rozsiane (SM)? To choroba neurologiczna o podłożu autoimmunologicznym, której przebieg może wyglądać bardzo różnorodnie. Objawy mogą obejmować zaburzenia ruchowe, niedowłady, zaburzenia równowagi, problemy z widzeniem, nadmierne i bolesne napięcie mięśni, przewlekłe zmęczenie i osłabienie kończyn, zaburzenia nastroju, osłabienie pamięci i uwagi. Stwardnienie rozsiane występuje częściej u kobiet niż u mężczyzn, a większość osób zostaje zdiagnozowanych w wieku od 20 do 40 lat.

Nie ma leku, który mógłby wyleczyć SM, ale rozwój medycyny oraz dostępne terapie (których ważnym elementem jest odpowiednio dostosowana fizjoterapia) mogą znacznie spowolnić postęp choroby, by osoby ze stwardnieniem rozsianym mogły prowadzić niemal w pełni normalne i aktywne życie.

Jeżeli poszukujesz zajęć aktywizacyjnych (skoncentrowanych głównie wokół terapii zajęciowej oraz fizjoterapii) dla siebie lub bliskiego z SM, zapoznaj się z ofertą **Dziennej Placówki Opieki i Aktywizacji** - pobyt jest całkowicie bezpłatny! Więcej informacji pod numerem telefonu: 12 44 67 530, zachęcamy do kontaktu.



## Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekłe Niepełnosprawnych oraz Niezależnych w Krakowie

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków  
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej  
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501  
[www.mco.krakow.pl](http://www.mco.krakow.pl) [mco@mco.krakow.pl](mailto:mco@mco.krakow.pl)



Rzeczpospolita  
Polska

MAŁOPOLSKA

Unia Europejska  
Europejski Fundusz Społeczny



*Projekt pn. Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie, dofinansowany ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020 w ramach 9. Osi priorytetowej Region spójny społecznie, Działania 9.2 usługi społeczne i zdrowotne, Poddziałania 9.2.2 usługi opiekuńcze oraz interwencja kryzysowa -zit*