

# Warum Multiple Chemikalien Sensitivität (MCS) psychisch so belastend ist

Heidi Wagner

Neben der kritischen medizinischen Versorgungssituation<sup>1</sup> leiden MCS-Kranke unter anderem auch unter fehlender Akzeptanz und verständnislosen Reaktionen.<sup>2,10</sup> Dabei ist der normale Alltag mit der Vielzahl möglicher Beschwerdeauslöser und Problemstellungen für diese Patientengruppe eigentlich schon Herausforderung genug. Viele gelangen an ihre Belastungsgrenze und vermissen soziale Kontakte und Unterstützung. Doch das Krankheitsbild ist für Außenstehende schwer nachvollziehbar. Daher wurde in dem Bemühen um eine bessere Verständnisebene eine Online-Präsentation<sup>3</sup> gestaltet, die die schwierige Situation MCS-Betroffener und das Spektrum der Belastungsfaktoren aufzeigt. Aber auch Studienverweise und Expertenaussagen zu der schweren physischen Erkrankung<sup>4,13,19</sup> wurden integriert.

Schlüsselwörter: Multiple Chemikalien Sensitivität, Soziale Isolation, Psychische Belastungsfaktoren, Leidensdruck

Keywords: Multiple Chemical Sensitivity, social distancing, psychological stress factors, suffering

Bei MCS handelt es sich um eine entwickelte Überempfindlichkeit, insbesondere gegenüber (Umwelt-)Schadstoffen und chemischen Substanzen. Dabei lösen zum Teil bereits geringste Spuren, zum Beispiel auch luftgetragene Duftstoffe, unspezifische Unverträglichkeitsreaktionen aus.<sup>4,13</sup> Die Dimensionen der Belastungen, die mit dieser vielfachen Chemikalienunverträglichkeit in Verbindung stehen, sind für Außenstehende kaum nachvollziehbar und werden meist unterschätzt. Doch das umschreibt noch die *Light*-Variante. Da sind auch noch die Stellen, die Betroffenen unsanft nahelegen, dass man sich wegen MCS in die Psychiatrie einweisen lassen sollte. Oder unverhofft flattert eine Anzeige wegen Nötigung ins Haus, nur weil andere sich wegen der Bitten um Duftstoffvermeidung belästigt fühlen. Und zu allem Überfluss fehlen vielen MCS-Patienten fachkompetente Umweltmediziner,<sup>1,2,6</sup> die ihnen ein geeignetes Attest oder Rückendeckung geben.

## Werden die Stiefkinder der Schulmedizin zu Waisen der Klinischen Umweltmedizin?<sup>20</sup>

Ein häufiges Problem von MCS-Kranken ist es, überhaupt einen Arzt der Klinischen Umweltmedizin (in einer zu bewältigenden Distanz) zu finden und hier noch als Patient angenommen zu werden.<sup>1,5,6</sup>

### Einige Beispiele (vieler) vergeblicher Bemühungen:

- „Leider verfüge ich nicht über Fachwissen und Erfahrung in der Diagnose und Therapie von MCS.“
- „Der laufende Praxisbetrieb lässt mir weder Zeit noch Energie für dieses komplexe Thema MCS.“
- „Ich muss Sie enttäuschen, ich behandle keine Patienten mehr mit MCS.“
- „Ich bin mittlerweile im Ruhestand. Es tut mir leid, dass ich Ihnen nicht weiterhelfen kann auf diesem sicherlich nicht einfachen Weg.“

Die seit Jahren vergeblich thematisierte erforderliche Versorgung Umweltkranker wurde im Februar 2020 endlich auch vom RKI dokumentiert und bestätigt, ebenso das Problem verwaister Lehrstühle, der Rückgang qualifizierter Umweltmediziner und die daraus weiter verschärfte unzureichende Patientenversorgung.<sup>1</sup>

## In der MCS-Patientengruppe ist die Not groß

Die Akzeptanz ihres Beschwerdebildes und unsichtbaren Behinderung dagegen ist meistens gering.<sup>2,10</sup> Doch es gibt sie immer noch: die Seniorin, die mangels einer verträglichen Wohnung im Auto auf einem Parkplatz nächtigen muss.<sup>7</sup> Die Freunde, die sich von MCS-Betroffenen distanzieren, weil ihnen das Verständnis für die schwere Erkrankung und damit für die erforderliche Rücksichtnahme fehlt. Die prüfenden Stellen, die die Erlebnis- und Gestaltungsfähigkeit MCS-Kranker als „nicht wesentlich eingeschränkt“ einstufen. Die Psychologen, die Betroffene ratlos wegschicken, weil sie mit MCS „nichts anzufangen wissen“. Dabei könnten Coping-Strategien zumindest etwas helfen, mit den aus der Krankheit resultierenden und vielfältigen Belastungssituationen umzugehen.

Eine bessere Verständnisebene für MCS-Kranke ist aus vielerlei Hinsicht wichtig. In der Hoffnung, diese durch Wissensvermittlung zu fördern und so den Weg zu bereiten für mehr Akzeptanz und Unterstützung, konzipierten Betroffene eine Präsentation, deren Inhalte im Vorfeld unter anderem so kommentiert wurden:

*„Dies ist eine hervorragende Präsentation zum Thema. Sicherlich werden alle Betroffenen sich darin mit ihrer Beschwerdesymptomatik wiederfinden. Es ist wünschenswert, dass diese Präsentation einen hohen Verteilungsgrad bekommt, da sie von einem Wissenden in klarer, verständlicher Sprache verfasst worden ist, und zwar ohne Polemik. Ziel sollten vor allem die gesundheitspolitischen Institutionen, alle Sozialversicherer und das Bundessozialgericht sein. (Dr. med. Peter Ohnsorge, Nov. 2020<sup>8</sup>)*

Mit diesem eindringlichen Appell im Ohr wurde das Projekt 2021 unter anderem mit der Suche nach unterstützenden Experten fortgesetzt und Anfang 2022 zum Abschluss gebracht. Im Rahmen der Präsentation „Warum MCS psychisch so belastend ist“<sup>3</sup> wird über das wenig bekannte und oft verkannte Krankheitsbild MCS und die daraus resultierenden Belastungsfaktoren informiert.

Dabei stützen sich die Inhalte nicht ausschließlich auf persönliche Erfahrungswerte MCS-Betroffener, sondern beziehen auch Studienverweise und Expertenaussagen mit ein.

Zum Einstieg wird in der Präsentation der physische Aspekt des Krankheitsbildes kurz skizziert, um eine bessere Ausgangsbasis zu schaffen für das eigentliche Kernthema, das da lautet:

#### Warum MCS psychisch so belastend ist? <sup>3</sup>

- Weil MCS eine verheerende chronische Krankheit ist.
- Weil MCS-Kranke sich als Stiefkinder der Schulmedizin fühlen.
- Weil sowohl Ärzte der Klinischen Umweltmedizin als auch zuverlässige Heilungsmöglichkeiten fehlen.
- Weil auch in Kliniken die Grundlagen für eine MCS-adäquate Versorgung fehlen.
- Weil die Arbeitsplatzbedingungen zum Problem werden.
- Weil die Arbeits- und Erwerbsfähigkeit bedroht ist.
- Weil die Lebenskrise sich auch mit einer Existenzkrise verabreden kann.
- Weil die Bewältigung des Alltags zunehmend Probleme aufzeigt.
- Weil sogar eine Wohnungsflucht erforderlich sein kann.
- Weil verträglicher Wohnraum fehlt.
- Weil soziale Isolation den psychischen Leidensdruck erhöht.
- Weil sich die Erlebnis- und Gestaltungsfähigkeit immer mehr verflüchtigt.
- Weil so viel in Stress ausartet und die Gesundheit verschlechtert.
- Weil alles aus den Fugen gerät und Perspektiven fehlen.
- Weil Depressionen entstehen können und die Verzweiflung an die Tür klopft.

„Glückwunsch zu dieser gelungenen Präsentation: verständlich, ausführlich, differenziert.“ (Prof. Dr. Werner Maschewsky, Okt. 2021<sup>8</sup>)

Viele Probleme flankieren den Weg MCS-Kranker. Nicht selten sind hier Erwerbsunfähigkeit, krankheitsbedingte Lebens- und Existenzkrisen anzutreffen. Und häufig auch die quälende Frage:

#### Wo gibt es einen sicheren Lebensraum?

Das Recht auf Wohnen ist ein Menschenrecht.<sup>9</sup> Angesichts der Tatsache, dass die Schaffung eines sicheren Lebensraums und die Vermeidung von Chemikalien die am höchsten bewerteten Maßnahmen bei MCS sind, ist die Bedeutung des *gesunden* Wohnraums für MCS-Betroffene klar.<sup>10, 11, 13</sup> Doch selbst hier, wo andere Schutz und Sicherheit finden, sehen sich MCS-Kranke oft mit massiven Problemen konfrontiert.<sup>6</sup> Diese können zum Beispiel in Verbindung stehen mit:

- unverträglichen Bausubstanzen (Wandanstrich, Fugen- oder Dämmmaterial, Bodenbelag etc.)
- Renovierungsarbeiten am Haus, Fassade o.Ä.
- emissionsbelasteten Einrichtungsgegenständen (Formaldehyd, Flammschutzmittel etc.)
- nachbarschaftlichem Verhalten (Raucher, „dufte Typen“, Wäschetrockner etc.)
- sonstigen Umwelteinflüssen (z. B. landwirtschaftliche Pestizide, Umgebungsfaktoren)

Ein Umzug kann eine Lösung sein – die Frage „Wohin?“ ist aber ein Problem. Bei ausdünstungsstarken neuen oder frisch renovierten Objekten sowie Mehrfamilienhäusern gerät der MCS-Kranke unter Umständen vom Regen in die Traufe. Der Handlungsspielraum ist für MCS-Betroffene somit auch hier kaum gegeben. In jeder Gibson-Studie war ein Teil der MCS-Patienten obdachlos oder berichtete, dass sie eine Periode der Obdachlosigkeit durchlebt haben.<sup>10, 12</sup> Gibson et al. (1996) stellten fest, dass 2/3 ihrer 305 Befragten irgendwann einmal unter ungewöhnlichen Umständen gelebt hatten (obdachlos, in einem Auto, auf einer Veranda, in einem Zelt, Wohnwagen oder Pferdeanhänger). MCS-verträglicher Wohnraum fehlt. Auch in Deutschland. Viele Betroffene führen zwangsläufig ein Nomadenleben auf der Suche nach einer erträglichen Bleibe.

#### Social Distancing als Dauerzustand

Im Rahmen der Pandemie wurde für alle die massive psychische Belastung deutlich, die sich schon nach wenigen Wochen einer Kontaktbeschränkung einstellt. Damit dürfte für jeden nachvollziehbar sein, wie sehr die soziale Isolation den psychischen Leidensdruck MCS-Betroffener erhöht.<sup>10, 12, 13</sup> Sie können am normalen Sozialleben nur teilnehmen, wenn die Umgebung Rücksicht auf die MCS-Problematik nimmt (z. B. Verzicht auf Duftstoffe). Selbst bei der (seltenen) Bereitschaft der Kontaktperson, erforderliche Rücksicht walten zu lassen, gibt es ein Problem: Die Liste der zu beachtenden Kriterien ist, mit Blick auf die Vielzahl möglicher Beschwerdeauslöser, lang. Und viele MCS-Patienten scheuen die Umstände, die sie anderen bereiten, und resignieren. Die krankheitsbedingte Reiz-, Orts- und Situationsvermeidung führt immer mehr in eine Isolation. Der Kreis der sozialen Kontakte beginnt zu bröckeln, nicht selten scheitern Beziehungen an den extremen Herausforderungen.<sup>14</sup> Betroffene hadern mit der Frage, wie sie mit dem psychosozialen Problembereich (siehe Grafik S. 38) umgehen sollen.

#### Hoher Leidensdruck und geringe Lebensqualität <sup>13, 15</sup>

Expositionen und deren Wirkung auf das zentrale Nervensystem können bei MCS-Patienten Depressionen verursachen.<sup>4, 12, 13, 18</sup> Aber auch die schwierigen Begleit- und Lebensumstände können Spuren hinterlassen. Ein normales Leben ist mit MCS in der Regel nicht mehr möglich. Dazu sind die krankheitsbedingten Auswirkungen und Probleme zu gravierend.<sup>6, 12</sup>

„Wenn man die Auswirkungen von Umweltsensitivitäten in drei Worten zusammenfassen könnte, wären diese ‚Verlust‘, ‚Verlust‘ und nochmals ‚Verlust‘. Es ist traumatisch, den Zugang zu fast allem zu verlieren“, so Prof. Dr. Gibson.<sup>12</sup>

Unter dem Begriff Umweltsensitivitäten fasst Gibson MCS und EHS (Elektrohypersensibilität) zusammen. Sie betont die Vielzahl der Studien, die belegen, dass diese Betroffenen nicht ängstlicher sind als Menschen mit anderen chronischen Krankheiten.<sup>10</sup> Aber MCS-Kranke sind in nahezu allen Lebensbereichen mit Problemen konfrontiert, wobei oft die erforderlichen Perspektiven und Unterstützungen fehlen.<sup>12</sup> Auch das RKI verwies in seinem Bericht darauf, dass eine frühzeitige Umsetzung umweltmedizinischer Maßnahmen Leidenswege verkürzt, Chronifizierungen

verhindert und psychische Folgebelastungen vermieden hätte.<sup>1</sup> Es ist aber auch normal, dass Menschen mit Gesundheitsproblemen unter Angstzuständen oder Depressionen leiden.<sup>10</sup> Eine Behinderung oder chronische Krankheit macht nun mal nicht glücklich! Wenn sich da kein Licht abzeichnet am Horizont, wie kann man vermeiden, dass einem irgendwann alles zu viel wird? Viele MCS-Kranke finden keine Antwort mehr auf diese Frage. Depressionen können (als Folge der Erkrankung) entstehen und die Verzweiflung an die Tür klopfen.

Bereits 2004 verwies der Sachverständigenrat für Umweltfragen (SRU) in seinem Umweltgutachten<sup>15</sup> unter anderem auf Erkenntnisse einer MCS-Studie von Caress et al. (2002), wonach

- nur 1,4 % der Patienten bereits im Vorfeld emotionale Probleme hatten, dagegen
- 37,3 % der Betroffenen psychische Symptome nach Auftreten der Hypersensitivität entwickelten.

### Der Fluch der Unsichtbarkeit

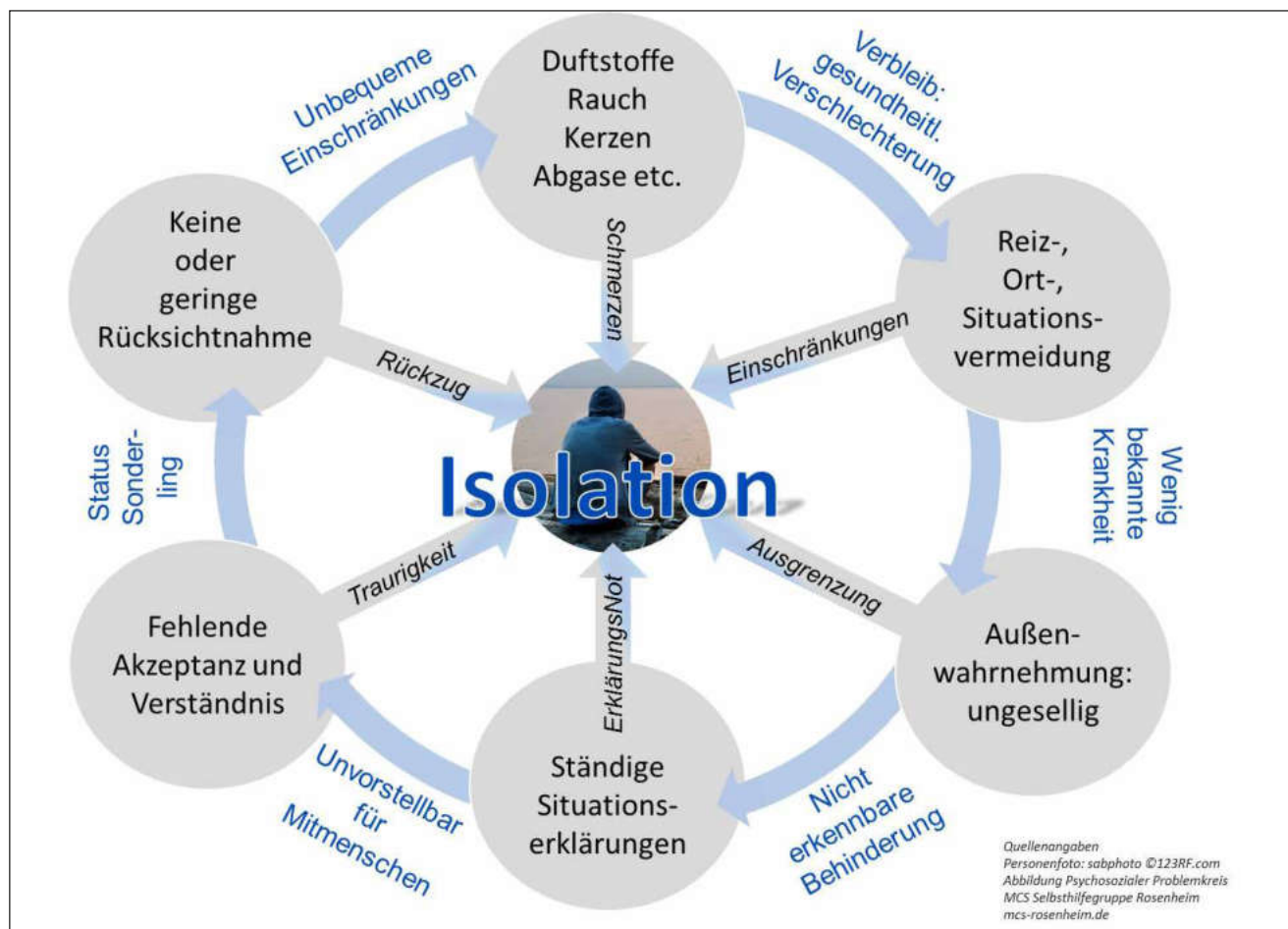
MCS gehört zu den chronischen Erkrankungen, die nach außen hin nicht sichtbar sind.<sup>10,13</sup> Dies und der fehlende Bekanntheitsgrad erschweren die Akzeptanz.<sup>12</sup> Und die Patienten drohen in ihrer Zurückgezogenheit schließlich ganz in Vergessenheit zu geraten.<sup>10</sup> 2017 stellten Phillips und Reeds in ihrer Studie<sup>16</sup>

unter anderem fest: „Menschen mit MCS sind für die Öffentlichkeit buchstäblich unsichtbar, da sie oft ans Haus gebunden sind [...]“.

Weil es um Menschen geht und ihre Schicksale, beinhaltet die Präsentation ergänzend einige Betroffenen-Berichte sowie den irritierenden Aspekt möglicher zerebraler Reaktionen. Seit März 2022 steht die Präsentation „Warum MCS psychisch so belastend ist?“ auf YouTube zur Verfügung. Eine Betroffene meinte dazu, sie habe den Film<sup>3</sup> am Stück angeschaut, weil sie gar nicht aufhören konnte. Sie fand die Präsentation spannend, interessant und fachlich kompetent.<sup>17</sup> Auch Außenstehende erteilten positive Rückmeldungen und bestätigten, dass sie eine aufklärende Öffentlichkeitsarbeit für wichtig erachteten.

*„An alle, die an dieser gelungenen, einfühlsamen Präsentation mitgewirkt haben: Danke, danke, danke! Das ist eine vollkommene, wahre und perfekte Darstellung unserer Situation! Da kann einem schon eine Träne ins Auge geraten, teils aus Selbstmitleid – das darf wohl auch sein, kommen doch all die erlittenen Verletzungen und Diskriminierungen beim Zuhören hoch – teils aus Bewunderung und Freude darüber, wie Ihr uns aus dem Herzen spricht.“<sup>8</sup>* (U. Lindenmaier, Selbsthilfegruppe Umwelterkrankter Stuttgart)

Für Interessierte stehen die Präsentationsinhalte auch kostenlos als Papierversion zur Verfügung in Form eines kompakten und druckoptimierten Handouts.



Die Schlussworte der Präsentation gehören Experten und ihren Aussagen zu MCS:<sup>3,8</sup>

#### Experten bestätigen folgende fünf Aussagen zu MCS

- MCS ist eine schwere physische (Multisystem) Erkrankung mit gravierenden Auswirkungen in allen Lebensbereichen und auf die Lebensqualität Betroffener.
- Eine bessere Früherkennung ist wichtig, um die Arbeits- und Leistungsfähigkeit Betroffener durch geeignete Maßnahmen wie z. B.
  - Expositionsvermeidung
  - Anamnese und Therapie im Sinne der Klinischen Umweltmedizin möglichst aufrechtzuerhalten und eine gesundheitliche Abwärtsspirale zu vermeiden.
- Fortwährende Expositionen führen im Krankheitsverlauf i. d. R.
  - zur Verstärkung der Chronifizierung,
  - zu zunehmenden Regulationsstörungen,
  - zur Erweiterung der Palette an Beschwerdeauslösern
  - sowie zur Erweiterung des Symptomkomplexes.
- MCS-Patienten brauchen
  - eine bessere medizinische Versorgung (inkl. entsprechend qualifizierter Ärzte),
  - Krankenkassenleistungen und eine Arzneimittelgrundversorgung,
  - Anerkennung als schwer Kranke und Schwerbehinderte,
  - adäquate Barrierefreiheit (z. B. Duftstofffreiheit in medizinischen Einrichtungen) und
  - sicheren Wohnraum, weswegen entsprechende Wohnprojekte unbedingt gefördert werden sollten.
- Für eine bessere Integration und zum Schutz vor Diskriminierung wären Aufklärungskampagnen zu MCS gem. Art. 8 der UN-Behindertenrechtskonvention wünschenswert.

#### Unterzeichnet von:

Dr. Hans-Ulrich Hill  
Dipl. Biologe, Fachtoxikologe, wissenschaftlicher Autor

Dr. med. Harald Banzhaf  
Facharzt Allgemeinmedizin, Umwelt- und Betriebsmedizin

Dr. med. Birgitt Theuerkauf  
Fachärztin Allgemeinmedizin, Klinische Umweltmedizin

Dr. med. Udo Böhm  
Allgemeinmedizin, Umweltmedizin, Orthomolekulare Medizin

Dr. med. Katja Ovenhausen  
Ärztin, Umweltmedizin, Fachärztin für Psychotherapie

Prof. Dr. Werner Maschewsky  
Dipl. Psychologe, Gesundheitswissenschaft u. Sozialpolitik

Prof. Dr. med. dent. Dr. h. c. Ottaviano Tapparo  
Konsiliararzt und Dozent Zahnärztliche Chirurgie

Wir würden uns über die Kontaktaufnahme weiterer Ärzte, Psychologen und Wissenschaftler freuen, die diese oder zukünftige Patienteninitiativen unterstützen möchten.

#### Autorin:

Heidi Wagner  
MCS-Selbsthilfegruppe Rosenheim  
www.mcs-rosenheim.de  
E-Mail: MCS-Rosenheim@gmx.de

#### Quellenverzeichnis

- Bundesgesundheitsbl 63: RKI: Umweltmedizinische Versorgungssituation von Patientinnen und Patienten in Deutschland.2020; 242-250  
<https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s00103-019-03074-x.pdf>
  - Speerschneider N: Wenn Düfte und Dämpfe krank machen, forum (Magazin der sozialmedizinischen Dienste) 2021; 3  
<https://www.leben-mit-mcs.de/viewtopic.php?t=5433>
  - YouTube Präsentation: Warum Multiple Chemikalien Sensitivität psychisch so belastend ist, Kanal Umweltsensibilität  
<https://www.youtube.com/watch?v=VvFaZ5DvtNU>
  - MCS-CFS-Initiative NRW: Ärztinformationsblatt (in Abstimmung mit dbu)  
[http://www.mcs-cfs-initiative.de/Arztinfo\\_MCS.pdf](http://www.mcs-cfs-initiative.de/Arztinfo_MCS.pdf)
  - Bauer et al.: Medizinische Versorgungslage von MCS-Patienten [...]. UMG 2009; 22(3): 239-245  
[http://www.umg-verlag.de/umwelt-medizin-gesellschaft/309\\_ba\\_z.pdf](http://www.umg-verlag.de/umwelt-medizin-gesellschaft/309_ba_z.pdf)
  - GENUK e.V. Die aktuelle Situation von Personen mit umweltassoziierten Erkrankungen [...] s. Dt. Patientengewerkschaft e.V.  
[www.deutsche-patientengewerkschaft.de/umwelterkrankungen.html](http://www.deutsche-patientengewerkschaft.de/umwelterkrankungen.html)
  - Stuttgarter Zeitung Nr. 147: Unser täglich Gift, 30. Juni 2021
  - Persönliches Mail an die Artikelverfasserin
  - Mahler C: Caritas. Das Recht auf Wohnen ist ein Menschenrecht, 08.09.2016  
<https://www.caritas.de/neue-caritas/heftarchiv/jahrgang2016/artikel/das-recht-auf-wohnen-ist-ein-menschenrecht>
  - Gibson PR: Counseling Clients with environmental sensitivities  
<https://www.mcsresearch.net/counseling-clients-with-sensitivities> \*)
  - Brüggemann A: MCS-gerechtes Bauen heißt Bauen für Menschen. Baubiologie-Magazin 09.2018  
<https://baubiologie-magazin.de/mcs-gerechtes-bauen-heisst-bauen-fuer-menschen/>
  - Gibson PR: MCS - A Survival Guide, kostenlose Downloadoption,  
<https://www.mcsresearch.net/take-action> \*)
  - Hill HU, Huber W, Müller KE: Multiple Chemikalien-Sensitivität: Ein Krankheitsbild der chronischen Multisystemerkrankungen. Aachen: Shaker Verlag, 2010.
  - Abschlussbericht der Multizentrischen RKI-Studie zum Verlauf und zur Prognose des MCS-Syndroms, Januar 2005. <https://docplayer.org/57932841-Studie-zum-verlauf-und-zur-prognose-des-mcs-syndroms.html>
  - Dt. Bundestag Drucksache 15/3600 v. 02. 07. 2004: Umweltgutachten des SRU [S. 497-502] <http://dip21.bundestag.de/dip21/btd/15/036/1503600.pdf>
  - Phillips T, Reeds T: Medical Anthropology Quarterly: (In)Visibility Online: The Benefits of Online Patient Forums for People with a Hidden Illness: The Case of Multiple Chemical Sensitivity (MCS). 20 Jul 2017,  
<https://anthrosource.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/maq.12397>
  - Facebook Kommentar MCS-Gruppe
  - AMICA: Consenso Italiano MCS (2019) Dt. Fassung  
[https://www.infoamica.it/wp-content/uploads/2019/07/Italien-MCS-Konsensus-Deutsch-Version-3\\_2020.pdf](https://www.infoamica.it/wp-content/uploads/2019/07/Italien-MCS-Konsensus-Deutsch-Version-3_2020.pdf)
  - Pall M: Multiple Chemikaliensensitivität: Toxikologie- und Sensitivitätsmechanismen.  
<https://www.martinpall.info/wp-content/uploads/2009/12/MCS.pdf>
  - EUROPAEM. Klinische Umweltmedizin <https://europaem.eu/>
- \*) Dt. Fassung abrufbar unter <https://mcs-rosenheim.de/mcs/mcs-und-psyche/>

#### Ergänzende Literaturhinweise

- Hill HU: Soziale Auswirkungen von chemikalieninduzierten Krankheiten. UMG 21(4)  
[http://www.umg-verlag.de/umwelt-medizin-gesellschaft/408\\_mag1.pdf](http://www.umg-verlag.de/umwelt-medizin-gesellschaft/408_mag1.pdf)
- Hill HU: Umweltkrankheiten – Fallbeispiele und wissenschaftliche Belege. Aachen: Shaker Verlag 2020
- Müller KE: Depressionen bei umweltmedizinischen Erkrankungen. UMG 23 4/2010.  
[https://www.inflammatio.de/fileadmin/user\\_upload/Diag\\_Info/K\\_M%C3%BClcler-Depression-umg-2010.pdf](https://www.inflammatio.de/fileadmin/user_upload/Diag_Info/K_M%C3%BClcler-Depression-umg-2010.pdf)
- Gibson PR: Extruded: A Review of the Life Impacts of Environmental Sensitivities. Internal Medicine Review May(2). [www.researchgate.net/publication/305392432\\_Extruded\\_A\\_Review\\_of\\_the\\_Life\\_Impacts\\_of\\_Environmental\\_Sensitivities](http://www.researchgate.net/publication/305392432_Extruded_A_Review_of_the_Life_Impacts_of_Environmental_Sensitivities)
- AMICA: Rom Resolution. 2015. <https://www.infoamica.it/risoluzione-di-roma>
- SRF Beitrag von 02.2013. <https://www.srf.ch/news/schweiz/wo-sich-umweltkranke-wohl-fuehlen>
- dbu: MCS-Fachinformationsblatt [https://www.dbu-online.de/fileadmin/user\\_upload/Flyer/Patinfo/Multiple\\_Chemikalien\\_Sensitivitaet\\_Info1.pdf](https://www.dbu-online.de/fileadmin/user_upload/Flyer/Patinfo/Multiple_Chemikalien_Sensitivitaet_Info1.pdf)
- Maschewsky W: MCS - Interview an der TU Berlin. [https://www.tu-berlin.de/fileadmin/f12/Downloads/koop/umwelt/070\\_073.pdf](https://www.tu-berlin.de/fileadmin/f12/Downloads/koop/umwelt/070_073.pdf)
- Behindertenrechtskonvention: Bewusstseinsbildung.  
<https://www.behindertenrechtskonvention.info/bewusstseinsbildung-3786/>
- YouTube-Präsentation Titel: Menschen mit Multipler Chemikalien-Sensitivität (2 Teile). Inkl. Kurzinformationen, Unterstützungshinweise sowie Originalstimmen Betroffener
- YouTube-Interview Titel „MCS, Hölle auf Erden“ inkl.wissenschaftlicher MCS-Präsentation von Dr. Müller