Zeitschrift: Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft
Herausgeber: Pro Senectute Basel-Stadt
Band: - (1988-1989)
Heft: 4

Artikel: Gesundheit im Alter
Autor: Flubacher-Rhim, Peter
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-843366

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

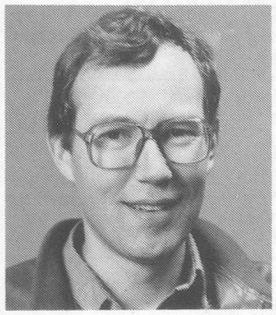
Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 21.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Gesundheit im Alter



Peter Flubacher

Wie wir auf gute Art alt werden und unseren Lebensabend sinnvoll gestalten können, darüber werden wir laufend durch die Medien und durch die Tätigkeit vieler verschiedener Organisationen, welche die Interessen der Betagten wahrnehmen, orientiert. Wer von mir diesbezüglich eine fachmännische Auskunft erwartet hätte, möge diesen Artikel lieber beiseite legen. Es geht mir nämlich eigentlich um eine ganz andere Frage: was macht es denn eigentlich aus, dass sich ein Mensch gesund fühlt? Anhand von Kurzporträts zweier Menschen, die ich als Hausarzt kennengelernt habe (Name und biographische Angaben leicht verändert) und ausgehend von meinen eigenen Wünschen und Ängsten, versuche ich der Frage, was Gesundheit im Alter bedeutet, nachzugehen.

Gesund und krank

Viele Vertreter einer lediglich naturwissenschaftlich orientierten Medizin sehen in einem Krankheitsprozess (z. B. Herzleiden oder Depression) einen Defekt des Organismus, der durch geeignete Eingriffe (Operation, Medikamente usw.) zu behandeln sei. Es ist dies eine Auffassung von Medizin, die den Patienten zu einem Objekt degradiert, ihn seiner individuellen Persönlichkeit beraubt und häufig das soziale Umfeld eines erkrankten Menschen ausser acht lässt. Nur so lassen sich gelegentlich passierende Missgeschicke erklären, dass beispielsweise ein Pflegebedürftiger aus dem Spital nach Hause entlassen wird, ohne dass die notwendigen Vorkehrungen (Gemeindekranken- und Hauspflege, Mahlzeitendienst usw.) getroffen worden wären.

In diesem Zusammenhang ist es von Interesse, sich vor Augen zu halten, wie «Gesundheit» von der Weltgesundheitsorganisation umschrieben wird: körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden. Was das körperliche Wohlbefinden bei Betagten anbelangt, so haben verschiedene Untersuchungen bestätigt, was uns die tägliche Erfahrung lehrt: die meisten alten Menschen finden sich mit dieser oder jener Beeinträchtigung ihres Gesundheitszustandes ab, ohne dass sie deswegen eine Ärztin oder einen Arzt aufsuchen würden. Eine gewisse Einbusse der körperlichen Leistungsfähigkeit infolge einer geringgradigen Herzschwäche oder Abnutzungserscheinungen an Gelenken (Arthrose) sind Dinge, welche als altersbedingt «normal» akzeptiert werden, die davon Betroffenen würden sich deswegen nicht einmal als krank bezeichnen, sie haben gelernt, damit umzugehen. Wie steht es denn mit dem seelischen und sozialen Wohlbefinden Betagter? Sind die immer wieder zu beobachtenden mürrischen Alten, die über Junge und Ausländer schimpfen, in ihrem Leben ausgefüllt? Oder fühlen sie sich von der Gesellschaft abgeschrieben, beiseite geschoben und können ihren Enttäuschungen, ihrer Unzufriedenheit und Einsamkeit bloss auf die Art Luft machen, dass sie über andere Menschen vom Leder ziehen?

Frau Obrist lehnt Hilfe ab

Nachdem sie gleichentags mehrmals gestürzt war, liess sich die 84jährige Frau Obrist per Taxi auf die Notfallstation bringen. Dort vermutete man eine ernsthafte Erkrankung, veranlasste einige Abklärungen, weshalb sie gleich im Spital behalten wurde. Während für die Stürze keine Erklärung gefunden werden konnte, stellte man ausgedehnte Geschwüre an den Unterschenkeln fest, leitete die Behandlung ein und entliess die Patientin nach Hause. Rechtzeitig war die Gemeindekrankenschwester benachrichtigt worden, damit sie Medikamenteneinnahme und Pflege der Beine überwache. Doch dann fingen die Probleme erst an. Es stellte sich heraus, dass Frau Obrist in einem «Saustall» wohnte mit ihren beiden Katzen. Es grauste einem fast, sich auf einen Stuhl zu setzen, derart übelriechend und schmutzig war alles. Die Wohnung erst einmal zu putzen, war schier unmöglich, da Frau Obrist den Putzdienst mehrmals wegschickte. Häufig kam es auch vor, dass die Gemeindekrankenschwester, der Sozialarbeiter der Pro Senectute oder der Arzt vor der verschlossenen Wohnungstüre wieder abziehen musste, da es Frau Obrist eben gerade nicht passte, Fremde zu empfangen. Offenbar hatte diese misstrauische, menschenscheue Person schon seit vielen Jahren ein eigenbrötlerisches Dasein gefristet. Einzig die Kiosk-Frau von nebenan scheint eine Art Vertrauensperson zu sein. Die Gemeindekrankenschwester musste viel Geschick und Überzeugungsarbeit aufwenden, dass sie Frau Obrist endlich einmal baden durfte. Inzwischen kommt es doch wenigstens beim Baden zu regelmässigen Kontakten und damit zu einer gewissen Betreuung dieser immerhin 84jährigen Frau. Aber sonst wünscht sie es eigentlich nicht, wenn sich andere in ihr Privatleben «einmischen». Man soll sich jedoch kein falsches Bild von der eigenwilligen Frau machen. Zu ihren beiden Katzen verbindet sie eine innige Beziehung, zum Mittagessen in ein Billig-Restaurant fährt sie ein- bis zweimal wöchentlich per Taxi und trifft dort, wie sie behauptet, Bekannte. Obwohl wir über die Lebensumstände vielleicht entsetzt sind, müssen wir zur Kenntnis nehmen, dass diese Frau ihren eigenen Lebensstil hat, und sie scheint damit gar nicht so unzufrieden zu sein.

Frau Schneeberger ist einsam

Ganz anders gelagert ist der Fall von Frau Schneeberger, einer 85jährigen schwer herzkranken Frau mit Wasser auf der Lunge und in den Beinen. Sie hat häufig Atemnot, ist wirklich körperlich in einem bedauernswerten Zustand, braucht regelmässig Medikamente. Selten wird sie von ihrem jüngeren Bruder mit dem Auto abgeholt. Und zum Glück lebt in der Umgebung eine «alternative» Familie, wo er Hausmann ist. Diese Familie schaut ab und zu nach der alten Frau. Was Frau Schneeberger wirklich beklemmt, ist nicht ihr Herzleiden, sondern der Gram, dass die in Westfrankreich lebende Familie, ihr Sohn und die Grosskinder, an denen sie doch so stark hängt, sich kaum um sie kümmern. Und als einmal ein geplanter Besuch ihrer Nächsten abgesagt wurde, verfiel die Frau in eine schwere Depression, wollte nicht mehr leben. Auch die Medikamenteneinnahme klappte in keiner Weise mehr, natürlich wurde ich häufig gerufen, weil alles nicht mehr gut war. Frau Schneeberger ist aber jetzt viel besser dran. Jeden Wochentag kommt eine Hauspflege am Morgen für zwei Stunden zu ihr nach Hause. Diese sehr verständige, freundliche Frau, selbst bereits Grossmutter, hat Erfahrung und Freude im Umgang mit Betagten. Und Frau Schneeberger hat mir versichert, dass sie über die Anwesenheit dieser Hauspflegerin sehr froh sei.

Ist es verwunderlich, dass sich inzwischen trotz der Herzkrankheit der Allgemeinzustand meiner Patientin wesentlich verbessert hat? Die Einsamkeit wird von alten Menschen im allgemeinen als viel schlimmer erlebt, als wir jüngeren uns vorstellen können. Ist doch die Einsamkeit für die meisten Fälle von Altersdepressionen verantwortlich. Durch den Einsatz eines Spitex-Dienstes (Hauspflege), das heisst durch die Betreuung durch einen Menschen, hat das Leben von Frau Schneeberger eine erfreuliche Wende genommen.

Sozialpolitische Fragen

Anhand der Kurzbeschreibungen von Frau Obrist und von Frau Schneeberger wollte ich darlegen, wie unterschiedlich sich die Probleme stellen können. Nun möchte ich noch auf einige gesellschaftspolitische Fragen hinweisen, die mich in Zusammenhang mit dem Selbstwertgefühl der Betagten wichtig dünken. Dass die Betagten heute ihr Recht fordern, ist

zu begrüssen. Während Jahrhunderten war man bei uns in Europa als alter Mensch abgeschrieben. Vergessen wir nicht, dass eine der Hauptforderungen des Schweizer Generalstreiks von 1918, die AHV, erst nach dem Zweiten Weltkrieg geschaffen wurde und dass der Kampf um existenzsichernde Renten noch lange nicht beendet ist. Unverantwortliche Verunsicherung und Verängstigung der Betagten dünkt mich die Behauptung, die Finanzierung der AHV sei nicht gesichert (obwohl bekannt ist, dass der Anteil der produktiven Bevölkerung unseres Landes seit hundert Jahren und noch mindestens bis ins Jahr 2020 gleich bleibt). Dass die Altersfrage mit der sozialen Frage verknüpft ist, beweisen auch Erhebungen des In- und Auslandes: Bei Betagten mit niederem Einkommen ist die Wohnsituation manchmal sehr ungünstig (fehlende Zentralheizung, Toilette ausserhalb der Wohnung, kein Telefon, schlechte Treppen, kein Lift usw.). Dies führt dazu, dass die finanziell schlechter Gestellten eher in Altersheime eintreten müssen als die Gutsituierten. Wer bedenkt, dass durch einen Ausbau der Spitex-Leistungen Spital- und Heimeintritte reduziert werden können, versteht auch, dass dies eine wichtige sozialpolitische Forderung ist (auch im Interesse der Betagten mit kleinem Einkommen).

Wenn ich mir um mein Alter Gedanken mache, so habe ich natürlich die Hoffnung, ich sei körperlich einigermassen fit, geistig flexibel, selbstverständlich möchte ich nicht finanzielle Sorgen haben müssen. Doch das wichtigste dünkt mich schon, dass ich zu anderen Menschen, für die ich da bin und die für mich da sind, gute Beziehungen habe.

Zur Person: *Peter Flubacher-Rhim, Dr. med. Allgemeinarzt, Jahrgang 1946*

Literaturangaben:

Abelin & Schlettwein-Gsell, «Behinderungen und Bedürfnisse Betagter», Schweiz. med. Wschr. 1986; 116: Nr. 44.
Patrick & Scambler, «Sociology as applied to Medicine», London 1986.
Gilliand, «Vieillir aujourd'hui et demain», Lausanne 1982

PRO SENECTUTE
FÜR EIN LEBENSWERTES ALTER

Sinnerfülltes Alter

Alt und jung geben sich die Hand

Foto Reiter Kunstverlag AG

Wir alle wollen alt werden, aber niemals alt sein! Dennoch: Auch das Alter hat eine Zukunft und diese ist keineswegs ohne Glück, sofern wir uns zu einem Ja durchringen, nicht allein zum Alter selbst – es können die besten Jahre unseres Lebens werden –, sondern auch zum eigenen Ich und unserer menschlichen Umwelt.

Jeder Tag ist ein Stück Zukunft

Senioren träumen und reden oft und gerne von der «guten alten Zeit». In Tat und Wahrheit war sie zumeist nicht so gut, wie wir sie in der Erinnerung sehen. Erst im gnädigen Schein der Vergangenheit ist sie sozusagen «verklärt» worden, denn der Mensch hat die gute Eigenschaft, in der Rückschau vor allem die erfreulichen Dinge zu sehen. So wird auch unsere Gegenwart dereinst für unsere Nachkommen zur «guten alten Zeit». Rückschau sei uns gewährt, doch darf sie uns nicht den Blick und das Verständnis für die Aufgaben der Gegenwart und Zukunft trüben. Jeder neue Tag bedeutet eine Chance und Hoffnung zugleich, Freude zu erleben und Freude auch unseren Mitmenschen zu bereiten. Diese Möglichkeit ist eifrig zu nutzen – so schützen wir uns vor Resignation oder gar Depression. Reichen wir der Zukunft die Hand, dann bringt sie uns auch ihre Freude!

Aufgaben halten uns lebendig!

Wir haben für unser Wirken bloss die Gegenwart, in der wir leben und deren Aufgaben es zu erfüllen gilt. Wenn wir im sogenannten Ruhestand leben, so sind doch immer Aufgaben präsent, auch wenn sie uns nicht diktiert werden. Sie finden sich im persönlichen Bereich, in der Familie, aber auch im Dienste der Allgemeinheit und ihrer sozialen Institutionen, also in einem Verein, einer Behörde, im Quartier, bei einem Hilfswerk, einer Studiengruppe oder der Kirchgemeinde. Wenn wir auch in einem Wohlfahrtsstaat leben, so ist zu bedenken, dass echte Wohlfahrt immer nur von Menschen ausgehen kann. Aufgaben im Dienste unserer Mitmenschen vermitteln uns nicht bloss Lebensinhalt, Selbstbestätigung und Befriedigung, sondern auch vielseitige Kontakte, vor allem auch zur Nachwuchsgeneration. Im Rahmen einer Zusammenarbeit werden zwar Altersunterschiede nicht ohne weiteres überbrückt, aber die Begegnung wirkt motivierend für beide Teile!

Alter frühzeitig planen!

Betrachten wir das Alter nicht bloss als Ende unserer beruflichen Tätigkeit, sondern auch als Neubeginn! Die Herausforderung ist klar: Es gilt, in unser mit der Pensionierung zwangsläufig verändertes Leben einen neuen Sinn hineinzutragen. Wenn uns das nicht gelingt, so steht die Langeweile vor der Tür und diese ist das grösste Hindernis auf dem Weg zu Lebensfreude und -erfüllung. Deshalb ist es notwendig, mit der Altersvorbereitung