

**Zeitschrift:** Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA  
**Herausgeber:** Verein für Schweizerisches Heimwesen  
**Band:** 56 (1985)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Praxis-Seminar III in Dulliken : Veränderungen im Alter  
**Autor:** Buchwalder, F.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-811747>

### **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:** 17.07.2025

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

## Veränderungen im Alter

Das dritte Praxisseminar des VSA, welches in der angenehmen Atmosphäre des Franziskushauses in Dulliken durchgeführt wurde, fand ein überaus positives Echo. Unter der Leitung von Dr. Imelda Abbt und Dr. med. Karl Heinz Bauersfeld wurde das Thema «Veränderungen im Alter» tiefgründig bearbeitet.

Imelda Abbt hat für dieses Seminar versucht, Unterlagen über das Alter in den verschiedenen Kulturen zu sammeln. Sie stiess dabei auf erhebliche Schwierigkeiten, weil dazu sehr wenig Material vorliegt. Sie musste deshalb selbst lange suchen.

Karl Heinz Bauersfeld befasste sich mit der medizinischen Seite des Alters. Er zeigte auf, wie die Diagnose im Alter erschwert ist und wie leicht durch Diagnose- und Behandlungsfehler schwerwiegende Kettenreaktionen ausgelöst werden können. Der Körper des alten Menschen hat ja nur noch wenig Kraftreserven. Wie erlebt die jüngere Generation als Mitmensch und Betreuer diese Situation? Wie geht sie damit um und wie ist das Resultat daraus in bezug auf das Verständnis, die Pflege, Betreuung und Therapie des alternden Mitmenschen? Diese Themen kamen ausgiebig zur Sprache.

Dank der fähigen Kursleiter wie auch infolge der idealen Gruppengrösse wurde der Kurs zu einem grossen Erfolg. Die Arbeit konnte in froher, lockerer Stimmung erfolgen und wurde für alle Beteiligten zu einem eindrücklichen Erlebnis.

### Kulturgeschichtliche Gedanken zum Alter

Die Eruierung des kulturgeschichtlichen Hintergrundes verursachte vielleicht Mühe, weil das Alter in früheren Zeiten von nebensächlicher Bedeutung war. Wenige Menschen wurden alt. Anschaulich verdeutlicht dies das Beispiel eines Kaisers aus dem Mittelalter, von dem gesagt wurde, er habe das «Greisenalter» von 43 Jahren erreicht. Bei den nachfolgenden Ausführungen darf diese Relation im Verhältnis zu der heutigen hohen Lebenserwartung nicht vergessen werden.

### Primat der Alten – Primat der Jungen?

Mit dem Alter sind sehr widersprüchliche Erfahrungen verbunden, negative und positive. In bezug auf die Gesellschaftsformen gab es immer wieder Wechsel zwischen dem Primat der Alten und der Jungen. Während langen Perioden sassen die Alten am Ruder. Diese Epochen galten als Zeiten der Bewahrung. *China* ist dafür ein besonderes Beispiel: Während Jahrhunderten hatte die alte Generation die Macht in den Händen. Diese Situation wurde durch die Lehre von Konfuzius gedeckt, wonach das ganze Haus dem Ältesten zu gehorchen hatte. Diese Vorzugstellung der Alten hatte sogar eine einmalige Folge: In *China* wollten die Frauen älter scheinen, als sie waren! Nach dem Alter von 70 Jahren gaben die Männer ihre Ämter jedoch ab und begannen, sich auf den Tod vorzubereiten. Ab diesem Zeitpunkt begann die Verehrung. In *China* waren diese Zwänge sehr stark, die Jungen konnten nicht ausbrechen. Noch einmal Konfuzius:

- mit 15 Jahren bemühte ich mich im Studium um Weisheit
- mit 30 Jahren gewann ich Sicherheit darin
- mit 40 Jahren hatte ich keine Zweifel mehr

- mit 60 Jahren konnte mich nichts mehr auf der Welt erschüttern
- mit 70 Jahren konnte ich meinen Herzenswünschen folgen ohne gegen das Sittengesetz zu verstossen

Im alten *Griechenland* war das Alter ebenfalls mit Ehre verbunden. Um 800 v. Chr. existierte ein Rat der Ältesten an der Seite des Herrschers. Sie hatten die Erfahrung, sie beherrschten die Kunst der Rede, sie waren Autorität. Interessanterweise wurden viele Alte behindert dargestellt. Plato bedauerte, dass man nicht die Weisesten berief, sondern Karrieremenschen. Nach ihm wären die Eigenschaften Glück – Tugend – Wahrheit ideal. Mit 50 Jahren sollte man weise sein, dabei ist der körperliche Verfall nebensächlich, er kann sogar freier machen. Plato äusserte im Alter von 80 Jahren, die Jungen müssten für die Alten sorgen, dies bedeute eine hohe Ehre.

Im *römischen Reich* hatten die Alten die Macht bis ins zweite Jahrhundert v. Chr. Allmählich kamen die Jungen ans Ruder, wodurch vermehrt Veränderungen ausgelöst wurden. Die beiden grossen Römer Cicero und Seneca wehrten sich jedoch dagegen.

Das *Christentum* hat sich recht wenig mit den Alten beschäftigt. Es gibt in der Bibel positive und negative Wertungen. Grundsätzlich jedoch zählt die Bibel die Alten zu den Schwachen, welchen das Christentum zur Hilfe verpflichtet ist.

Wenn die Jungen einmal an die Macht kamen, bedeutete dies meistens eine Revolution. Dies waren Zeiten der Veränderung, des Aufbruchs, was vor allem auf das *17. Jahrhundert* zutrifft.

Im *19. Jahrhundert* begann dann die Bevölkerungsexplosion, die Lebenserwartung stieg gewaltig, die meisten Leute erreichten ein hohes Alter. In diese Epoche fiel die industrielle Revolution. Das Proletariat entstand. Mit der Industrialisierung setzte die Landflucht ein. So lebte im Jahre 1881 in Frankreich bereits ein Drittel der Bevölkerung in den Städten! Diese Zeit dürfte wohl die schlimmste gewesen sein für arme Alte. Sie erfuhren eine miserable

Behandlung, oft wurden sie begraben, bevor sie tot waren. Selbst vor Mord wurde nicht zurückgeschreckt. Nachdem diese Vorkommnisse gar nicht allzu lange zurückliegen, wird es verständlich, dass der schlechte Eindruck der «Anstalten» bis in die heutige alte Generation noch Auswirkungen zeigt.

Dem aufmerksamen Betrachter fällt auf, dass kaum irgendwo in der Vergangenheit ein gezieltes Miteinander zwischen Alten und Jungen ausfindig gemacht werden konnte. Diese Feststellung stimmt nachdenklich.

### *Jeder ist so alt, wie er sich fühlt*

Die bisherigen Betrachtungen betrafen vermehrt gesellschaftspolitische Aspekte. Es folgen jetzt noch einige Ausführungen und Zitate über die persönlich-individuelle Situation. Hier lautet der wohl bekannteste Satz: Jeder ist so alt, wie er sich fühlt. Nur unter Berücksichtigung dieses Hintergrundes ist es wohl zu verstehen, wenn Dichter, Philosophen oder auch andere zu so extrem gegensätzlichen Meinungen gelangen können. Von sehr positiv bis extrem negativ gibt es alle Abstufungen.

*Aristoteles* bezeichnete das Alter als schön, wenn frei von Gebrechen. Wenn die Alten enttäuscht sind vom Leben, so ergebe sich daraus Misstrauen, dann schlechter Charakter, schlechte Erwartungen. *Sokrates* sagte, durch den Umgang mit Greisen könne man sich bilden. 300 Jahre v. Chr. äusserte *Menander*: Wer zu lange bleibt, stirbt mühsam. Aus *Ägypten* liegt ein über 4000 Jahre alter Text vor: Wie qualvoll ist das Leben, wenn im Alter die Kräfte schwinden, Auge, Ohr, Mund, Geist, Gedächtnis, Fähigkeiten nachlassen. Das Alter ist das schlimmste Unglück, der Tod düster. – Ganz logisch zu dieser Einstellung wurde der Versuch gemacht, das Alter zu überlisten. Zu diesem Zweck haben bereits die alten Ägypter frische Drüsen von jungen Tieren gegessen. So gibt es kaum etwas Neues unter der Sonne.

Aus dem *Mittelalter* stammt das Bild: Das Leben gleicht einer Reise auf dem Meer, dabei ist das Alter die Landung im Hafen. *Schopenhauer* äusserte sich pessimistisch: Das Alter ent-illusioniert, der Lebenswille schwindet. *Victor Hugo* stellte einige Antithesen auf: benachteiligter Körper – erhabene Seele. Wenn Freundlichkeit sich zwischen die Falten mischt, ist das bewundernswert. Im voll entfalteten Alter leuchtet die Morgenröte auf. Eines nach dem andern verlassen mich die Dinge.

*Seneca*: Bereiten wir dem Alter einen freudigen Empfang, lieben es; reich an Annehmlichkeiten, wer es zu nutzen weiss. Früchte erlangen den vollen Geschmack erst in dem Augenblick, da sie vergehen. Es ist eine erlesene Zeit des Lebens, wenn man den Abhang der Jahre hinabgleitet. Die Seele ist voller Jugendkraft und freut sich, nicht mehr viel Gemeinschaft mit dem Körper zu haben.

### **Oft wird gelacht über alte Menschen – aber die Alten könnten auch uns auslachen**

Verständnis des alten Menschen – sind wir überhaupt schon in der Lage dazu? Infolge Gebrechen muss sich der alte Mensch oft averbal ausdrücken; es ist dann entschei-

dend, ob unsere Interpretation richtig oder falsch ausfällt. Oft wird gelacht über das Verhalten oder über Ausdrücke von alten Menschen, könnte das nicht der Ausdruck von Unverständnis sein? Die Alten könnten auch uns auslachen, ob unseres zweckbestimmten, strukturierten, kausalen Programms. Durch den pflegerischen Umgang besteht ein intensiver Kontakt, dadurch ist averbales Verstehen möglich. Es kann dabei Abwehr, Annahme, Zufriedenheit entstehen. Routine ist gefährlich. Das Wort Betreuung kommt von trauen. Und hängt damit auch mit Vertrauen zusammen.

### **Altersprozesse sind medizinisch überaus komplex**

Alte Menschen sind medizinisch schwer fassbar, Symptome zeigen manchmal falsch an. Die Gefahr von schweren Fehldiagnosen ist gross, die Symptome äussern sich oft diffus. Infolge des intensiven Kontaktes hat deshalb das Pflegepersonal die bessere Möglichkeit, dem Arzt bei der Diagnose zu helfen. Ein Hauptleiden kann weitere Leiden überdecken, auch neue auslösen. Eine mögliche Behandlung ist tückisch wegen Kettenreaktionen. So kann zum Beispiel aus einem Flüssigkeitsverlust Verstopfung resultieren, dann werden Beruhigungsmittel gegeben, diese können Erbrechen zur Folge haben, an welchem der Patient ersticken kann.

Der Altersprozess erfasst jeden Menschen, dessen Beginn ist sehr verschieden, je nachdem wie der Mensch seine Reserven ausnützt. Mit 35 Jahren, auf dem Höhepunkt, nützt der Mensch 40–60 Prozent seiner Kapazität, dann erfolgt eine jährliche Abnahme um 1 Prozent. Das heisst mit anderen Worten, wenn er seine Möglichkeiten optimal nutzt, setzt der Altersprozess sehr spät und sehr langsam ein.

Es folgt eine Statistik, welche die Häufigkeit der wichtigsten Krankheiten im Alter aufzeigt. Dabei kommt überraschend zum Ausdruck, dass bei weitem nicht alle Krankheiten während der letzten Lebensphase kumuliert sind. (Statistik, S. 480.)

### *Seelisch-geistige Störungen stehen im Vordergrund*

Alte Menschen brauchen Stabilität, Umstellungen machen Mühe. Die Alten sind auch anfälliger für Krankheiten. Im Vordergrund stehen seelisch-geistige Störungen, welche auch schwerer erträglich sind als körperliche Leiden.

Cerebrale Syndrome, welche das Hirn gesamt oder eine veränderte Blutzufuhr betreffen, können die weitreichendsten Folgen haben. Es können daraus motorische Störungen resultieren, es bilden sich pathologische Bewegungsmuster, teilweise wie in der Kindheit, zum Beispiel Saugreflex. Mangelnde Durchblutung kann mangelnde Funktionen zur Folge haben wie Veränderungen im Bewusstsein, Verlust von Fähigkeiten, Verwirrtheit. Dazu kommt noch die Abhängigkeit vom Zustand der Blutgefässe und des Kreislaufes. Daraus können sich kumulierende Wirkungen ergeben.

*Verwirrtheit* kann vielerlei Ursachen haben: zu wenig Sauerstoff. Dieser kann resultieren aus Herzinsuffizienz, aus schlechten Atemwegen, aus Blutarmut, aus Karzino-

# Aufbaukurs für Alters- und Pflegeheimleitung

Der Verein für Schweizerisches Heimwesen (VSA), der Schweizerische kath. Anstaltenverband (SKAV), die Vereinigung Schweizerischer Krankenhäuser (VESKA) und die Schweizerische Stiftung Pro Senectute gründeten im Jahr 1981 die «Schweizerische Arbeitsgemeinschaft Aufbaukurs für Alters- und Pflegeheimleitung». Auf der Basis eines einheitlichen Aus- und Fortbildungskonzepts beginnen im nächsten Jahr zwei weitere berufsbegleitende Aufbau-kurse für Alters- und Pflegeheimleiter.

---

**Zielgruppe:** Teilnehmer mit absolviertem Grundkurs oder vergleichbarer Ausbildung:  
– bereits langjährig tätige Alters- und Pflegeheimleiter  
– weitere Interessenten (nach Massgabe der Aufnahmebedingungen).

**Schwerpunkte der Ausbildung:** Fachwissen und Können in den Bereichen: Führung und Verwaltung des Alters- und Pflegeheims – Institutionen und Berufe in der Altershilfe – Gerontologie (anthropologische, psychologische, soziologische und medizinische Aspekte) – Altersarbeit und Alterspflege – Beratung, Betreuung und Animation des Heimbewohners – Persönlichkeitsbildung.

**Dauer/Ablauf:** 24 Tage; berufsbegleitend im Blockkurssystem (in der Regel 3tägige Einheiten), verteilt auf 1½ Jahre.

**Beginn/Orte:** **Kurs Nr. 3:** 22. April 1986 mit Kursort im Nidelbad, Rüschlikon  
**Kurs Nr. 4:** 5. November 1986 mit Kursort im Franziskushaus, Dulliken

**Teilnehmerzahl:** zirka 24 Personen

Lesen Sie dazu den Beitrag «Unter Kollegen lernt es sich leichter» auf S. 485 f. dieser Nummer  
**Anmeldeschluss:** 4. November 1985

---

Kursprogramm, Anmeldeformular und weitere Auskünfte:

**Kurs Nr. 3:** Verein für Schweiz. Heimwesen (VSA), Seegartenstr. 2, 8008 Zürich, Tel. 01 252 49 48

**Kurs Nr. 4:** Schweiz. Kath. Anstaltenverband (SKAV), Zähringerstr. 19, 6003 Luzern, Tel. 041 22 64 65

TABLE 4-4 Conditions that are Common in Nursing Home Residents

Diagnosis	Rate per 1,000 Residents		
	Ages 65-74	Ages 75-84	Ages 85 and Older
Mental disorders	185.1	72.0	32.7
Hardening of the arteries	151.7	237.2	315.8
Stroke	138.0	120.6	87.5
Senility, old age, other symptoms, and ill-defined conditions	85.2	140.9	198.4
Diseases of the nervous system and sense organs	78.4	49.3	38.0
Endocrine, nutritional, and metabolic diseases	59.5	46.9	39.8
Diseases of the musculoskeletal system and connective tissue	58.5	70.7	80.0
Heart attack	41.1	55.3	68.9
Accidents, poisonings, violence	35.8	45.8	55.3
Diseases of the respiratory system	33.2	22.9	14.7
Diseases of the circulatory system other than hardening of the arteries, heart attack, and stroke	31.4	39.9	43.4
Neoplasms	29.4	23.6	22.3
Diseases of the digestive system	18.6	17.9	21.6
Diseases of the genitourinary system	—*	16.7	16.2
Diseases of the blood and blood-forming organs	—	7.6	9.5
Diseases of the skin	—	6.1	—
Infective and parasitic diseases	—	—	—
Other diagnoses	15.9	15.0	13.5
Unknown diagnoses	—	9.3	10.5

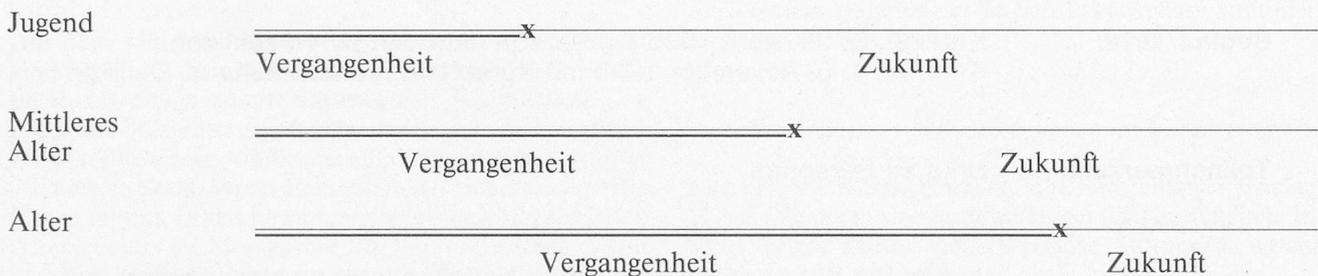
\* Dashes signify that figures are not reliable.

SOURCE: Unpublished data from the *National Nursing Home Survey*. National Center for Health Statistics 1973-1974, as in Reference 15.

men, aus Vergiftungen. Verwirrtheit kann aber auch entstehen durch schlechte Ernährung, Vitaminmangel = Skorbut. Zur Bekämpfung des Skorbut ist ja auch das Sauerkraut entstanden. Verwirrtheit kann auch entstehen durch Drogeneinwirkung wie Medikamente, Schlafmittel, Alkohol. Sie kann aber ebenso durch Stürze ausgelöst werden, dabei besteht die Gefahr der Verwechslung mit Apoplexie. Verwirrtheit kann durch Überforderung ausgelöst werden, zum Beispiel plötzliche Veränderungen. Psychische Begleitumstände können die psychischen

Funktionen verändern. Verlangsamung, ungenaues Gedächtnis mit entsprechenden Handlungen können dadurch verursacht werden.

Durch solche Belastungen kann der alte Mensch überfordert werden. Er holt sich deshalb sein Ziel in der Vergangenheit, weil er sich dort sicher fühlt. Er will auf diese Art sein Leben verlängern. Dieses Verhalten überrascht durch seine Logik: Der alte Mensch hat ja kaum mehr eine Zukunft! Die folgende Skizze zeigt dies deutlich:



Eigentlich ist diese Feststellung so simpel, trotzdem kommt man von selbst zu wenig darauf.

noch keine Zeit, welche die Alten und die Jungen zu einer wirklichen Gemeinschaft führte. Ende des 20. Jahrhunderts ist es nun an uns, dieses neue, hohe Ziel anzuvisieren.

**Ein hohes Ziel für unsere Generation**

In der heutigen Zeit nun hat sich mit der fortschreitenden Entwicklung die Auflösung der Familie verstärkt. Je länger je weniger sind mehrere Generationen unter einem Dach beisammen. Das Prestige der Erfahrung hat deutlich nachgelassen, das Alter wird eher als Disqualifikation empfunden. Die alte und die junge Generation leben nach wie vor eher getrennt, hingegen sind doch heutzutage von der Seite der Jungen positive Ansätze festzustellen. Wie bereits weiter vorne angetönt, gab es in der Vergangenheit

**Deutung der Lebensalter**

Führen wir uns nun zum Schluss zu Gemüte, wie die berühmten Gebrüder Grimm dieses Thema sahen. Kein Gelehrter könnte wohl etwas Treffenderes ausdrücken.

Gott hatte dem Menschen und allen Tieren ursprünglich 30 Jahre zugewiesen; der Esel, der Hund und der Affe erwirkten, dass Gott 18 bzw. 12 und 10 Jahre von der festgesetzten Zeit abstrich, da sie ein so langes Leben

qualvoll dünkte. Der Mensch war weniger weise als die Tiere: die Unvernunft dieses angeblich vernünftigen Wesens ist eines der bevorzugten Themen der Volksdichtung. Er begriff nicht, dass ein langes Leben mit Hinfälligkeit erkaufte werden muss. Er bat um eine Verlängerung und erhielt die 18 Jahre des Esels, die 12 Jahre des Hundes und die 10 Jahre des Affen:

«Also lebt der Mensch siebenzig Jahre.

Die ersten dreissig Jahre sind seine menschlichen Jahre, die gehen schnell dahin . . .

Hierauf folgen die achtzehn Jahre des Esels, da wird ihm eine Last nach der andern aufgelegt; er muss das Korn tragen, das andere nährt . . .

Dann kommen die zwölf Jahre des Hundes, da liegt er in den Ecken, knurrt und hat keine Zähne mehr zum Beissen, Und wenn diese Zeit vorüber ist, so machen die zehn Jahre des Affen den Beschluss. Da ist der Mensch schwachköpfig und närrisch, treibt alberne Dinge und wird ein Spott der Kinder.»

Wenn das Alter des Menschen länger ist und mühsamer als das der Tiere, so hat er selbst daran Schuld: er hat sich selbst verurteilt durch seine unbesonnene Gier.

*F. Buchwalder*

**Literaturnachweis:**

Simone de Beauvoir: Das Alter. Rororo 7095, 1977.

## Antidekubitus-Matratze von Medela...

### Die wirkungsvolle und bewährte Hilfe gegen das Wundliegen

- hygienisch
- preisgünstig
- wirksam
- bewährt

**neu:**  
**Miet-service für Hauspflege!**

**medela**

Medela AG, Medizinische Apparate  
6340 Baar, Lättichstrasse 4  
Telefon 042 31 16 16, Telex 865486

## Neuerscheinung im VSA-Verlag

### Die Kostenrechnung im Altersheim

Der Betriebskostenvergleich und die Vergleichszahlen zur Personalstruktur in 100 ausgewählten Altersheimen, die Heimleiter Oskar Meister (Schaffhausen) vor mehr als fünf Jahren veröffentlicht hat, sind noch heute viel gefragt, aber leider vergriffen.

Unter dem Titel «Die Kostenrechnung im Altersheim» ist im VSA-Verlag neu eine kleine Schrift erschienen, die als Ersatz für die vergriffenen Vergleichszahlen dienen kann und zugleich auch eine Erweiterung darstellt.

Verfasser der Neuerscheinung ist der Betriebswirtschaftler Erwin Rieben, Leiter der Fachstelle für soziale Dienste von Pro Senectute Schweiz und Mitglied der Altersheimkommission VSA. Er sieht in der Broschüre eine «kleinen Wegweiser zum praktischen Gebrauch».

Dieser «Wegweiser zum praktischen Gebrauch» im Format A4 mit Klemmschiene hat einen Umfang von 28 Seiten und enthält zahlreiche Tabellen und graphische Darstellungen, die den Text verdeutlichen. Im Anhang werden die Hauptkostenstellen definiert und der Betreuungsbedarf des Heimbewohners typisiert.

«Die Kostenrechnung im Altersheim», die den Altersheimen wertvolle Anhaltspunkte liefern kann, ist zum Preis von Fr. 11.- (plus Porto und Verpackung) beim Sekretariat VSA, Verlagsabteilung, Seegartenstrasse 2, 8008 Zürich, erhältlich.

## Bestellung

Wir bestellen hiermit

.....Exemplar(e) der Schrift «Die Kostenrechnung im Altersheim» von Erwin Rieben zum Preis von Fr. 11.- (+ Versandkosten)

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Name und  
Adresse des Heims \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Datum, Unterschrift \_\_\_\_\_

Bitte senden an Sekretariat VSA, Verlagsabteilung, Seegartenstr. 2, 8008 Zürich