Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift

Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz

Band: 84 (2013)

Heft: 10: Bauen fürs Alter : Architektur für die dritte Lebenshälfte

Rubrik: Kolumne : die andere Sicht - alt vor der Zeit

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

Kolumne

Die andere Sicht – alt vor der Zeit

Viele meistern ihre Behinderung geschickt – aber sie zahlen einen Preis.

Von Tom Shakespeare

Neulich besuchte ich eine alte Freundin. Ich sage alt, aber sie ist erst um die fünfzig. Sie wurde, wie ich, mit einer körperlichen Beeinträchtigung geboren. Bei ihr sind es fehlende Arme. Sie bewältigt jedoch alles mit Beinen und Füssen, ebenso meisterhaft wie elegant. Sie isst mit den Füssen, fährt Auto mit den Füssen und versorgt ihre Kinder so gut wie jeder andere. Doch als sie letztens zur Routineuntersuchung beim Arzt war, eröffnete man ihr, sie habe den Körper einer Achtzigjährigen.

Der jahrzehntelange, aussergewöhnliche Gebrauch ihrer Beine und Füsse und Schultern hatte ihre Gelenke über das übliche Mass abgenutzt. Meine Lage ist viel weniger extrem, aber auch ich verspüre nach fünf Jahren als Rollstuhlfahrer erste Schulterschmerzen. Meine Freunde mit Zerebralparese oder Kinderlähmung berichten Ähnliches.

Das scheint so ungerecht! Man hat sich mit dem Zustand, in dem man geboren oder der frühzeitig erworben wurde, arrangiert, die Symptome zu beherrschen gelernt und eine gute Lebensqualität erlangt. Und dann stellt man fest, dass man viel schneller altert, dass wichtige Funktionen verloren gehen. Die Blinde wird schwerhörig, der Taube verliert sein Sehvermögen, und plötzlich droht vollkommene Isolation.

Was tun? Keiner von uns will bemitleidet werden. Jeder wird es schaffen, denn wir alle haben die innere Stärke entwickelt, unser Leben zu meistern. Wir hoffen auf Techniken, die manches kompensieren, und auf soziale Einrichtungen, die einige der Lücken schliessen. Aber vielleicht müssen auch wir ein wenig bescheidener werden und akzeptieren, dass wir – wie jeder mit zunehmendem Alter – nicht mehr alles vermögen, was uns früher möglich war, und nicht mehr so unabhängig sein können, wie wir es uns wünschen.

Was sich nicht ändert, ist unsere Gleichberechtigung. Das Alter beseitigt nicht unser Menschenrecht auf Würde und Anerkennung.

Zum Autor: Tom Shakespeare ist Soziologe. Diese Kolumne erschien zuerst in der September-Ausgabe von «NZZ Folio».

Kurznachrichten

Wissenschaft

Schlaf steigert die Aktivität von Helferzellen

Eine neue Studie weist darauf hin, was nachts in unseren Köpfen geschieht. Während des Schlafs bauen spezielle Zellen Hüllen für Neuronen auf. Der menschliche Körper braucht Schlaf, viel Schlaf: Durchschnittlich verbringen wir rund 24 Jahre unseres Lebens in diesem eigentümlichen Dämmerzustand. Doch noch immer ist nicht restlos geklärt, weshalb wir überhaupt schlafen. Eine neue Studie zeigt nun, dass Schlaf eine wichtige Funktion bei der Bildung und Reparatur von Hilfsstrukturen im Gehirn hat.

Forscher um Chiara Cirelli von der University of Wisconsin in Madison haben an Mäusen untersucht, wie sich Schlaf- und Wachphasen auf Oligodendrozyten auswirken. Diese Helferzellen umhüllen im gesunden Gehirn und als Reaktion auf eine Verletzung die Zellfortsätze von Neuronen mit Myelin, einer Isolierschicht aus Fett und Protein, die eine schnelle Signalübertragung ermöglicht: Dank den sogenannten Myelinscheiden «hüpfen» die elektrischen Impulse förmlich den Zellfortsätzen entlang.

Cirelli und ihre Kollegen nutzten eine neuartige Methode namens Trap, die es erlaubt, die Genaktivität in zuvor definierten Zelltypen zu untersuchen. Schon zuvor sei bekannt gewesen, dass neben dem Schlaf-Wach-Zyklus auch die Tageszeit einen Effekt auf die Genexpression von Gehirnzellen habe, sagt Cirelli. Deshalb untersuchten die Wissenschafter nicht nur schlafende und wache Mäuse, sondern auch eine Kontrollgruppe mit Mäusen, die zu den üblichen Schlafenszeiten wachgehalten wurden. Dazu sei lediglich nötig ge-