

Zeitschrift: Mitteilungsheft / Heimatkundliche Vereinigung Furttal
Herausgeber: Heimatkundliche Vereinigung Furttal
Band: 47 (2018)

Artikel: Im Furttal alt werden - einst und heute
Autor: Bannwart, Kurt / Gasser, Barbara
Kapitel: Wann ist man alt?
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1036655>

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](#)

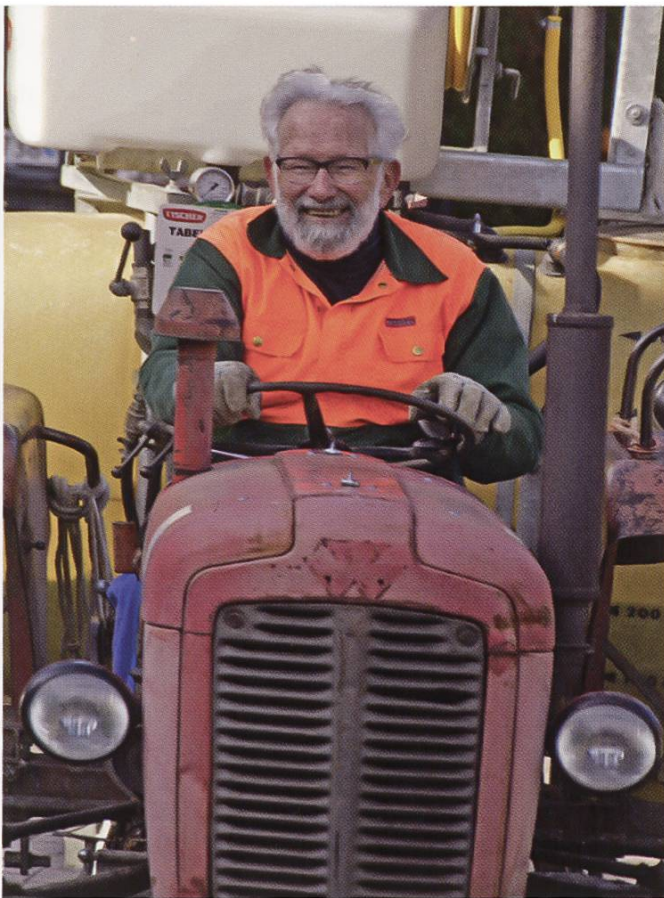
Download PDF: 30.06.2025

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

Wann ist man alt?

Im Jahr 1774 wurde der Philosoph Immanuel Kant an seinem 50. Geburtstag an der Universität Königsberg mit «ehrwürdiger Greis» angeredet. 1877 beschrieb der russische Komponist Tschaikowsky in einem Brief den damals 49-jährigen Schriftsteller Tolstoi als einen «geschwätzigten alten Mann». In der Zeitschrift für Schweizerische Statistik aus dem Jahr 1889 hiess es, mit 65 beginne das Greisenalter.

Der Soziologe François Höpflinger hält fest, dass Altern ein sehr individueller Vorgang ist. Man hat versucht, in einer Definition eine willkürliche Festlegung zu treffen, die sagt, ab wann der Begriff «alt» im medizinischen Sinne angewandt werden kann. Nach der Definition der Weltgesundheitsorganisation WHO gilt als alt, wer das 65. Lebensjahr vollendet hat. François Höpflinger relativiert aber: «Die Altersgrenze von 65, das heutige Pensionsalter, ist eine reine Fiktion. Alt ist man heute, wenn man nicht mehr Auto fahren kann.»¹



Landwirte arbeiten weit über das Pensionsalter hinaus, wie der 90-jährige Hans Marthaler

¹ NZZ am Sonntag, 18.9.2016

Lebenserwartung nach dem 65. Altersjahr

Es ist umstritten, ob Menschen, die das 65. Altersjahr erreicht haben, in Zukunft noch eine stetig zunehmende Lebenserwartung haben. Männer, die 1981 starben, überlebten ihren 65. Geburtstag durchschnittlich um 14,3 Jahre. Seit 2010 stagniert diese Zahl bei gut 19 Jahren. Dasselbe gilt für die Frauen. Bei ihnen erhöhte sie sich die Anzahl Lebensjahre nach dem 65. Geburtstag von 18,2 auf 22,2 Jahre und bleibt seit 2010 ebenfalls konstant.² Das Bundesamt für Statistik sieht in diesen Zahlen noch keine Trendwende und erklärt, man müsse die Entwicklung über Jahrzehnte beobachten.

«Die Bevölkerungsgruppe der 65-Jährigen und Älteren in der Schweiz erhöht sich von 1,5 Millionen im Jahr 2015 auf 2,2 Millionen im Jahr 2030 und auf 2,7 Millionen im Jahr 2045.»³ Die Gemeindeverwaltung Regensdorf geht davon aus, dass 2040 jeder dritte Einwohner älter als 64 sein wird.



Treppe im Gemeindehaus Regensdorf

² Beobachter 22/2016

³ Bundesamt für Statistik,
Szenarien zur Bevölkerungsentwicklung der Schweiz 2015–2045, S. 5

Bevölkerungsstatistik Furttalgemeinden 2016

Ausgehend von der Definition der WHO lebten 2016 in allen Furttalgemeinden zusammen 6'503 alte Menschen.

Einwohner ab Alter 65

Gemeinde	65– 69	70– 74	75– 79	80– 84	85– 89	90– 94	95– 99	100+	total EW	total 65+	65+ in Prozent
Boppelsen	95	73	38	22	14	4	2	0	1'318	248	18,8
Buchs	280	211	137	77	43	12	8	0	6'320	768	12,2
Dällikon	213	189	125	61	43	7	2	0	4'067	640	15,7
Dänikon	96	52	39	25	19	4	1	0	1'877	236	12,6
Hüttikon	48	32	19	11	7	3	2	1	916	123	13,4
Otelfingen	131	131	78	50	38	13	1	0	2'821	442	15,7
Regensdorf	849	751	579	413	256	77	11	1	18'112	2'937	16,2
Würenlos	321	294	229	147	80	30	6	2	6'360	1'109	17,4
									41'791	6'503	15,6

Die Lebenszufriedenheit der älteren Bevölkerung ist hoch. Die meisten geniessen die späten Freiheiten, wie auch in diesem Heft zu lesen ist. «Das eigentliche Altern beginnt dann, wenn man mit den Verlusten, die das Alter mit sich bringt, so konfrontiert wird, dass man ihnen einfach nicht mehr aus dem Wege gehen kann, weil sie das Leben letztlich doch sehr stark einschränken.»⁴ Andere Anzeichen können sein, dass man mit der Technik nicht mehr zurechtkommt oder keine Lust mehr hat, den neuen Entwicklungen zu folgen. Die Zürcher Psychologieprofessorin Alexandra Freund sieht aber auch das Positive: «Die ältere Generation ist jene, die am stärksten in der Gegenwart lebt. Im Alter überlegt man sich besser, zielgerichteter, was man noch machen will. Eine verkürzte Lebensperspektive hat also durchaus auch positive Folgen.»⁵

In Regensdorf sind 758 Einwohner 80 Jahre oder älter

Im Regan Zunftblatt werden seit 1972 jedes Jahr die ältesten Einwohnerinnen und Einwohner von Regensdorf namentlich erwähnt. Im ersten Jahr

⁴ Hildegard Neufeld im Online-Journal «LernCafe»

⁵ Wochenspiegel vom 6. April 2016

wurden die 85-Jährigen und Ältere in die Liste aufgenommen, im Jahr 2000 musste man bereits 90 sein und 2017 sind die Jüngsten in der Liste 95-jährig. In Regensdorf laden die Reformierte Kirche Regensdorf, die römisch-katholische Kirchgemeinde St. Mauritius, die Politische Gemeinde sowie Pro Senectute die Jubilare mit runden Geburtstagen zu einer Feier ein. Im Fünfjahresrhythmus dürfen sie ab dem 80. Altersjahr im Rahmen dieses Festes, zusammen mit einer Begleitperson, die Glückwünsche des Gemeinderats entgegennehmen, nach dem 90. Geburtstag sogar jährlich. Im Mai 2017 begrüßte Gemeinderat Daniel Noger die Anwesenden im reformierten Kirchgemeindehaus und meinte: «Hier im Saal sind heute knapp 10'000 Lebensjahre versammelt. Das ist ein Berg an Lebenserfahrung, an Wissen und Weisheit.»

Der Gemeinderat gratuliert

Ein Indiz, dass man älter geworden ist, sind auch die Gratulationen der Gemeinde. Die meisten entsenden auf Wunsch an hohen runden Geburtstagen im Fünfjahresrhythmus eine Delegation, welche die Jubilare zu Hause oder im Heim besucht. Oft ist dies der Gemeindepräsident, eine Vertretung des Gemeinderats oder der Gemeindeschreiber. Das minimale Alter für einen solchen Gratulationsbesuch variiert. In Otelfingen, Dällikon, Dänikon und Hüttikon ist das erstmals beim 80. Geburtstag der Fall, in Buchs beim 85., in Würenlos beim 90. und in Regensdorf beim 100. Geburtstag. Ein Blick auf die Tabelle mit den Einwohnerzahlen liefert die Erklärung für die Unterschiede. In Boppelsen werden die Jubilare ab 80 im Fünfjahresrhythmus neuerdings ins Restaurant Lägerstübli eingeladen und dort mit einem Apéro und einem Vortrag des Männerchors erfreut.

*Der 95-jährige Jean Gugler
stösst an der Feier im
Mai 2017 mit Gemeinderat
Daniel Noger an*



Aber auch in grossen Gemeinden erhalten die Jubilare ab dem 80. Altersjahr (in Regensdorf ab dem 85.) eine Gratulationskarte des Gemeinderats. Dasselbe gilt für Ehepaare bei der Goldenen oder Diamantenen Hochzeit. Zudem gehen die hohen Geburtstage auch bei den Kirchen und der Pro Senectute nicht vergessen.

Älterwerden aus medizinischer Sicht

Der Hausarzt Dr. med. Jürg Stebler, FMH Innere Medizin, führt eine Praxis in Buchs.

Jürg Stebler, was sagen Sie, wann ist man alt?

«Man ist so alt, wie man sich fühlt!». «Mit 70 Jahren ist man alt!». Das sind zwei Beispiele, die ich von Patienten bekam, wenn ich diese Frage stellte. Das eine stellt das Gefühl in den Vordergrund, das andere die nackte Zahl. Gefühl gegen numerische Tatsache. In meinem Alltag als Hausarzt lassen sich diese Definitionen nicht immer scharf trennen. Am einfachsten ist der eindeutige Fall des 74-jährigen Senioren-Fussballspielers, der schon einige Verletzungen erlitten hat, aber an keinen ernsthaften chronischen Krankheiten leidet. Er wird zu Recht sein gutes Gesundheitsgefühl in den Vordergrund stellen. Auf der anderen Seite steht der Mensch, der gerne eine Zigarette raucht, das Gewicht über dem Durchschnitt, der eine Behandlung der Blutzuckerkrankheit beginnen musste. Eine Verengung der Herzkranzgefässe war vor einigen Jahren erfolgreich behandelt worden. Er hat keine Beschwerden. Man ist so alt, wie man sich fühlt, wird er mir sagen.

Trifft das denn zu?

Ich werde nicht widersprechen, aber als Grundversorger bin ich nicht ganz ruhig, sehe auch Risikofaktoren für Krankheiten, die ein erfülltes Leben vorzeitig beenden oder durch Beschwerden leidvoll machen können. So wie das eine 90-jährige Dame empfindet, die wegen Osteoporose unter starken Rückenschmerzen leidet und mir sagt, sie sei froh, wenn sie zu ihrem verstorbenen Ehemann gehen könne. Das Alter und das Gefühl stimmen bei ihr überein. Wann ist man alt? Eine schwierige Frage. Wahrscheinlich muss man auch Philosoph sein, um eine gute Antwort zu finden. Für mich stehen das Lebensgefühl, die Lebenskraft im Vordergrund, die aber wesentlich von Krankheiten beeinflusst werden. Die Anzahl Jahre ist bei Beschwerdefreiheit im Hintergrund. Nicht allen wird der Wunsch erfüllt, als alter Mensch gesund ins Bett zu gehen und am Morgen einfach nicht mehr zu erwachen.

Welches sind die häufigsten spezifischen Alterskrankheiten, mit denen Sie als Hausarzt zu tun haben?

Herz-Kreislaufkrankheiten, dazu gehören der Zustand nach einem Herzinfarkt, Bluthochdruck, der Zustand nach einem Hirninfarkt sowie degenerative rheumatische Krankheiten wie Arthrose und Osteoporose. Verbreitet sind auch Demenz und Blutzuckerkrankheit.

Sind Patienten heute anspruchsvoller und kritischer geworden, weil sich zum Beispiel auch ältere Menschen im Internet informieren?

Heute haben wir durch Zeitschriften, Fernsehen und Internet eine Fülle von Informationsmöglichkeiten über medizinische Themen. Auch der ältere Mensch kennt und nutzt heute Google, Wikipedia und andere Onlineportale. Als interessierter Patient kann er sich selber fortbilden. Dazu gehören auch das genaue Nachfragen und die kritische Haltung gegenüber medizinischen Massnahmen. Hier bin ich als Hausarzt gefordert. Es kann vorkommen, dass ein Patient über eine Therapie berichtet, von der ich noch nichts gehört habe und mich selber zuerst informieren muss. Häufig handelt es sich um neuartige Methoden, die als «goldener Standard» noch nicht etabliert sind, vielleicht erst in Studien geprüft werden. Medizinische Methoden können zu Beginn als vielversprechend eingeschätzt werden, manchmal lässt sich jedoch in den medizinischen Studien ein Vorteil nicht beweisen. Im Gespräch geht es um Beratung, was im Einzelfall das Beste ist, und warum eine im Internet oder in der Gesundheitssendung angepriesene Methode mit der nötigen Zurückhaltung beurteilt werden muss.

Holen Patienten auch eine Zweitmeinung ein?

Es kommt selten vor, dass der Patient nach einem Therapievorschlagn eines Spezialisten eine Zweitmeinung wünscht. Meistens sind das Vertrauen und die Zufriedenheit gross. Nur in Ausnahmefällen bin ich selbst mit der Beurteilung eines anderen Arztes nicht einverstanden und schlage dann dem Patienten das Einholen einer Zweitmeinung vor. Generell halte ich es ein wenig mit der Redewendung «Viele Köche verderben den Brei». Es ist besser, man geht zu einem Arzt seines Vertrauens, als verschiedene Ärzte für das gleiche Problem zu konsultieren.

Machen Sie bei älteren Leuten auch Hausbesuche?

Ja. Allerdings versuchen wir, die Patienten möglichst lange zu mir in die Praxis kommen zu lassen. Wir haben mehr diagnostische Möglichkeiten und die Behandlung ist effizienter.

Sind Sie als Hausarzt auch Ansprechperson, wenn es um den Entscheid geht, ins Alters- oder Pflegeheim zu ziehen?

Meist merken die Patienten selber, dass es zu Hause nicht mehr geht und treffen zusammen mit ihren Angehörigen die Entscheidung, in ein Alters- oder Pflegeheim zu ziehen. Problematischer sind jene Situationen, in denen ein Patient unbedingt zu Hause bleiben möchte, obwohl das offensichtlich nicht mehr möglich ist. In solchen Situationen kommt es häufig zu intensiven Gesprächen mit Patienten und deren Angehörigen.

Es gibt also keinen objektiven Massstab, das Alter zu definieren?

Meine Erfahrung zeigt, dass das Alter sehr individuell empfunden wird und nicht nur mit der Anzahl Lebensjahre zu tun hat.