Zeitschrift: Zenit
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Luzern
Band: - (2008)
Heft: 2

Artikel: "Wer sagt denn, dass Falten nicht schön sind?"
Autor: Fischer, Monika
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-820974

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: 10.07.2025

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

«Wer sagt denn, dass Falten nicht schön sind?»

Nicht ein möglichst hohes, sondern ein möglichst fittes und gesundes Alter sollte das Ziel von Anti-Aging sein, meint der Luzerner Gesundheitsdirektor Markus Dürr, der erklärt: «Entscheidend ist dabei nicht ein jugendliches Aussehen, sondern ein mit sinnvollen Aktivitäten ausgefülltes Leben in der Gemeinschaft.»

Gemäss Regierungsrat Markus Dürr sollte es selbstverständlich sein und in der Selbstverantwortung jedes Einzelnen liegen, alles zu tun, um auch im Alter möglichst lange gesund und fit zu bleiben. Es stört ihn, dass entsprechende Bemühungen nun unter dem englischen Begriff des Anti-Agings zu einer Modeströmung geworden sind. «Viele wissen ja gar nicht, was damit gemeint ist», ist er überzeugt. Er ist sich aber wohl bewusst, dass massive wirtschaftliche Interessen die Werbung eifrig antreiben und mit unzähligen Angeboten Jugendlichkeit und damit verbunden unbeschränktes Glück auch im reifen Alter versprechen. «Es ist offensichtlich ein Bedürfnis, sonst würde dieser Markt nicht derart boomen», hält er lachend fest und möchte zwischen sinnvollen und seiner Ansicht nach unsinnigen bis die Gesundheit gefährdenden Angeboten klar unterscheiden.

«Gesundheit und Fitness im Alter sind nicht nur einfach Schicksal. Der einzelne Mensch kann sehr viel dafür tun», betont der Luzerner Gesundheitsdirektor und verweist auf die bekannten Fakten wie ausgewogene Ernährung, genügend Bewegung, Suchtfreiheit, eine Umgebung, die der Gesundheit nicht schadet, wenig Stress, nicht zu viel direkte Sonne. Gleichzeitig hält er fest: «Nicht alles ist beeinflussbar. Deshalb sind Schuldzuweisungen im Falle von Krankheit und Gebrechlichkeit im Alter fehl am Platz.»

Trotzdem müsse der Mensch lernen, seinen Körper und individuelle Symptome achtsam wahrzunehmen, zu spüren, was ihm guttue und was nicht, und entsprechend zu handeln: «In diesem Sinne beginnt Anti-Aging nicht erst im Alter, sondern muss sich durchs ganze Leben ziehen. Deshalb wird die Gesundheitsförderung für alle Altersgruppen mit öffentlichen Mitteln schweizweit unterstützt.» Dazu gehören auch vorbeugende Massnahmen wie die Beigabe von Jod im Salz oder die Einnahme nötiger Vitamine und Spurenelemente, etwa Vitamin C, Folsäure oder Selen, wo diese ungenügend vorkommen.

Regierungsrat Dürr befürwortet es, wenn die Bemühungen um die Gesundheitsförderung im Alter den spezifischen Lebensumständen angepasst, wo nötig intensiviert und ergänzt werden. «Nach der Pensionierung ist es neben gesunder Ernährung und genügend Bewegung besonders wichtig, dass die Seniorinnen und Senioren bei sinnvollen Tätigkeiten den Möglichkeiten entsprechend geistig und körperlich aktiv bleiben, Beziehungen pflegen und nicht isoliert leben, sondern in einer Gemeinschaft aufgehoben sind», hält er fest.

Eine grosse Bedeutung komme dabei dem breiten Bildungs- und Sportangebot von Pro Senectute, all den «Selbsthilfegruppen» der aktiven Seniorinnen und Senioren sowie den Bemühungen von Vereinen und Institutionen zu, die den Menschen im vierten und fünften Lebensalter Aktivitäten und Gemeinschaftserlebnisse ermöglichen. Er erwähnt auch neue Wohnformen wie etwa das betreute Wohnen mit Gemeinschaftsräumen, welche zu einem ganzheitlichen Wohlbefinden und mehr Lebensqualität im Alter beitragen.

Bild: Dany Schulthess

Wenig anfangen kann Markus Dürr dagegen mit jenem Bereich der Anti-Aging-Bewegung, der den Seniorinnen und Senioren unter anderem mit massivem Werbeaufwand für kosmetische Produkte und Hormonpräparate ein jugendliches Aussehen auch im Alter verspricht. Wiederum betont er die Eigenverantwortung jedes Einzelnen im Umgang mit den entsprechenden Produkten und warnt vor möglichen langfristigen Gesundheitsschäden.

Als Beispiel erwähnt er Botox, das Falten am Hals und im Gesicht glätten und zu einem insgesamt verjüngten Gesichtsausdruck verhelfen kann, jedoch hochgiftige Substanzen, nämlich das Nervengift Botulinum-Toxin A, enthält. Botox werde auch häufig benutzt, um die feinen Fältchen um die Augen und um den Mund zu entfernen, könne aber auch in andern Zonen wie dem Kinn oder dem Unterkiefer verwendet werden. Zu möglichen Langzeitfolgen gebe es noch keine aussagekräftigen Untersuchungen.

«Es darf nicht das Ziel einer Gesellschaft sein, dass die Menschen immer älter werden», sagt der Luzerner Gesundheitsdirektor Markus Dürr. «Vielmehr müssen sich die Bemühungen dahin richten, dass die Menschen gesünder alt werden.»

Der Gesundheitsdirektor begrüsst es deshalb, dass die Anti-Aging-Thematik von Pro Senectute Kanton Luzern aufgegriffen und öffentlich diskutiert wird. Der Umgang mit dem eigenen Alter und dem damit verbundenen Aussehen ist für ihn eine Frage der Persönlichkeit. Es ist für Markus Dürr nur schon frappant, wie unterschiedlich gleichaltrige Menschen aufgrund des individuellen, biologisch-genetischen Rasters aussehen können. «Wer sagt denn eigentlich, dass Falten nicht schön sind?», fragt er mit Hinweis auf das durch die Werbung gesteuerte Schönheitsideal. «Es wirkt doch geradezu lächerlich, wenn eine 60-Jährige wie eine 20-Jährige herumlaufen will, denn Falten verleihen dem Gesicht Charakter», ist er überzeugt.

Gar nicht zur Diskussion steht für Regierungsrat Dürr die finanzielle Unterstützung von irgendwelchen Produkten oder Behandlungen im Dienste von Anti-Aging durch die öffentliche Hand. Er findet es auch nicht sinnvoll, die Lebenserwartung mit allen Mitteln immer noch höher hinaufzuschrauben. «Es darf nicht das Ziel einer Gesellschaft sein, dass die Menschen immer älter werden», sagt er. «Vielmehr müssen sich die Bemühungen dahin richten, dass die Menschen gesünder alt werden. Im Hinblick auf die Solidarität zwischen den Generationen und die Wahrung des sozialen Friedens gilt es offen und ehrlich abzuwägen, welche öffentlichen Gelder künftig wofür ausgegeben werden.»

Anstelle des Strebens nach Jugendlichkeit empfiehlt er jedem Einzelnen, sich mit den natürlichen Lebensprozessen auseinanderzusetzen und das Älterwerden sowie die eigene Endlichkeit zu akzeptieren, da diese dem Leben erst seinen Wert geben. Auf die Frage, was denn der 61-jährige Gesundheitsdirektor persönlich unter einem guten Altwerden versteht, wird dieser philosophisch und erklärt: «Es heisst für mich, jeden Tag mit den Einschränkungen und Defiziten, die nun einmal zum Alter gehören, gut und zufrieden zu leben.»

Monika Fischer