

WENN DER ALKOHOL ZUM BESTEN FREUND WIRD



Suchtmittel wie Alkohol oder Tabletten verstärken gesundheitliche Probleme im Alter. Noch ist Sucht im Alter häufig ein Tabu und wird erst spät bemerkt. Bild: shotshop

Für viele ältere Menschen sind Alkohol und Tabletten Trösterchen in der Einsamkeit. Suchtmittel verstärken jedoch gesundheitliche Probleme und hemmen die Selbstständigkeit, sagt die Chefärztin der Forel-Klinik in Ellikon an der Thur.

ANDREA SÖLDI

Drogen bringt man fast automatisch mit der Jugend in Verbindung. Jugendliche fallen auf, wenn sie sich rund um Partylokale betrinken. Immer wieder liest man in der Zeitung von Schlägereien und Komatrunkern, die im Notfall behandelt werden müssen. Doch Sucht ist eine Krankheit, die Menschen jeden Alters betrifft. Während der Alkoholkonsum der ge-



samten Gesellschaft in den letzten Jahren leicht zurückgegangen ist, nehmen Suchtprobleme im Alter tendenziell zu. Fachleute gehen davon aus, dass etwa jede zehnte über 65-jährige Person eine Abhängigkeit von einer Substanz entwickelt hat. Während Männer eher zum Alkohol neigen, lassen sich Frauen häufiger von Schmerz-, Beruhigungs- und Schlafmedikamenten verleiten. Doch diese Altersgruppe fällt viel weniger auf, weil sie sich ihrer Droge meist heimlich im stillen Kämmerlein widmen. Viele Ältere pflegen kaum noch Kontakte, sodass die Sucht von niemandem bemerkt wird. Nun ha-

ben Fachleute das Problem erkannt. In einer gemeinsamen Kampagne greifen die Suchtberatungsstellen des Kantons Zürich das Thema auf. Daran beteiligt sich auch die Forel-Klinik in Ellikon an der Thur.

Wieso nehmen Suchterkrankungen im Alter zu?

Monika Ridinger: Das weiss man nicht genau. Teilweise hat es bestimmt mit der demografischen Entwicklung zu tun: Es gibt mehr ältere Menschen. Zudem ist die wachsende Gruppe der Frührentierten gefährdet, weil vielen von ihnen eine Struktur und ein stabiles Umfeld fehlen. Neben jenen, die im Alter abhängig werden oder bleiben, gibt es aber auch andere, die den Konsum mit den Jahren reduzieren oder ganz aufgeben. Diese Menschen spüren, dass der Körper den Alkohol immer schlechter verträgt. Bei Frauen spielen da auch die hormonellen Prozesse ab 55 Jahren eine Rolle.

Wie kommt man an die älteren Suchtkranken heran?

Unsere Kampagne zielt darauf ab, Angehörige, Nachbarn, aber auch Hausärzte zu sensibilisieren. Gerade Letztere sollten vermehrt hellhörig werden, wenn etwa der Blutdruck schlecht einzustellen ist.

Spüren Sie die wachsende Zahl an älteren Personen in Ihrer Klinik?

Ja. Der Anteil an über 65-jährigen Alkoholkranken ist innerhalb von 10 Jahren von 5 auf 10 Prozent gestiegen. Andere Kliniken melden ähnliche Zahlen. Man muss sich aber bewusst sein, dass bei uns nur Menschen behandelt werden, deren Sucht erkannt wurde und die zu einer Therapie bereit sind. Das ist wohl nur ein kleiner Teil der Betroffenen.

Was bedeutet die Entwicklung für Ihre Arbeit?

Einerseits sind wir auf der körperlichen Ebene stärker gefordert. Ein Entzug führt bei älteren Menschen häufiger zu Komplikationen. Manche, die schon lange trinken, leiden unter Langzeit-

schäden wie Nervenstörungen, Bluthochdruck, Zuckerkrankheit oder Leberstörungen. Damit kommen wir gut zurecht, indem wir eng mit Internisten zusammenarbeiten. Schwieriger sind die Altersunterschiede. Nicht alle können damit umgehen, dass ihnen ein 35-jähriger Therapeut sagt, wie sie zu leben haben. Auch in Gruppengesprächen sind die Älteren nicht immer gut integrierbar. Sie stehen an einem anderen Ort im Leben und haben andere Bedürfnisse. Zum Beispiel ist bei ihnen häufiger das Finden einer sinnvollen Beschäftigung Thema, während Jüngere über Partnerschaft, Familie und Arbeit sprechen möchten. Wenn möglich, bilden wir für die Älteren eine separate Gruppe.

Wieso muss man Ältere überhaupt noch therapieren? Sollte man es ihnen nicht gönnen, wenn sie sich die Last des Alters mit ein paar Mittelchen versüssen? Wenn das mit Mass geschieht, kann man das so sehen. Doch übermässiger Alkoholkonsum verstärkt viele körperliche Beschwerden, macht sehr müde und führt zu Stürzen. Beruhigungsmittel können Verwirrheitszustände und Gedächtnisstörungen verursachen. Man muss mit jeder Person individuell anschauen, ob der Konsum ein Genuss ist oder ob die negativen Auswirkungen überwiegen. Manche können länger selbstständig wohnen, wenn sie die Sucht in den Griff kriegen.

Spielen neben Alkohol und Medikamenten noch andere Suchtmittel eine Rolle?

Etwa 70 Prozent der Alkoholkranken sind auch nikotinsüchtig. Aber nur wenige sind bereit, gleichzeitig das Rauchen aufzugeben. Die Gesellschaft ist zudem mit einer kleinen Gruppe von Heroinsüchtigen konfrontiert. Mit der Methadon- und Heroinabgabe sind einige von ihnen relativ gesund alt geworden. Doch nicht alle Pflegeheime sind bereit, solche Menschen aufzunehmen.

In den letzten Jahren ist man von der Devise weggekommen, dass Alkoholiker ganz auf Alkohol verzichten müs-

ZUR PERSON

Monika Ridinger ist Chefärztin der Forel-Klinik in Ellikon an der Thur. Die über 120-jährige Institution bezeichnet sich als das schweizweit führende Kompetenzzentrum für die Behandlung von Alkohol-, Medikamenten- und Tabakabhängigkeit.



sen. Können auch Ältere lernen, massvoll zu trinken?

In Ellikon stehen wir immer noch für die Abstinenz ein. Erfahrungen haben gezeigt, dass 90 Prozent aller Betroffenen nicht kontrolliert konsumieren können. Das ist lediglich ein pragmatischer Ansatz, wenn jemand nicht bereit ist, das Suchtmittel aufzugeben.

Aber Schmerzmedikamente kann man den alten Leuten doch nicht ganz wegnehmen?

Bei einem Missbrauch von Schmerz-, Schlaf- und Beruhigungsmitteln handeln wir oft eine vertretbare Menge aus mit dem Betroffenen. Das nennt man Substitution. Ein Entzug wäre sehr belastend. Wichtig ist, dass die Sucht so zum Thema wird. Und die Personen werden beim Kanton gemeldet, sodass sie nachher nur noch bei einem Arzt Medikamente beziehen können.

Suchtkranke begeben sich oft erst in Therapie, wenn ihnen das Messer am Hals ist: wenn ihnen die Kündigung droht, der Verlust des Partners oder der Kinder. Was für eine Motivation spielt bei Älteren eine Rolle?

Es sind meist die Angehörigen, die auf eine Behandlung drängen. Motivierend wirken auch Enkelkinder: Man will ihnen ein gutes Vorbild sein.

Und wenn keine Angehörigen mehr da sind?

Dann wird es schwierig.

BUCHTIPP

Wie Alkohol die Welt prägt

Wer den Alkoholkonsum in der heutigen Gesellschaft für problematisch hält, dürfte sich darüber wundern, wie viel in vergangenen Zeiten getrunken wurde. Gemäss Wolfgang P. Schwelles Werk über Alkohol kann zum Beispiel das gesamte Mittelalter als das grösste kollektive Besäufnis aller Zeiten bezeichnet werden. Kaum zu glauben, dass die Menschen damals täglich einen Liter Wein oder mehr sowie zusätzlich Bier getrunken haben sollen. Ein Grund dafür war die schlechte hygienische Qualität des Wassers. Für Julius Cäsars Soldaten sei der Weinkonsum sogar Pflicht gewesen, um Erkrankungen vorzubeugen. Doch da die Menschen damals weniger alt wurden, starben sie meist, bevor gesundheitliche Schäden auftraten. Getrunken wird schon seit Jahrtausenden. Heutzutage pflegen verschiedene Kulturen einen unterschiedlichen Umgang mit Alkohol. Während etwa in Russland selbst der Exzess gebilligt wird, ist in prohibitiven Ländern – dazu gehören viele islamische – der Konsum von berauschenden Getränken verboten. Doch

nicht immer sind Verbote wirksam. «Die völlig rauschfreie Gesellschaft war immer schon eine Illusion und wird wohl eine bleiben», so das Fazit des Autors, der selber Winzer ist. Ursprünglich wollte Schwelle ein alle Aspekte umfassendes Buch über Alkohol schreiben. Angesichts der Fülle an Material widmete er sich jedoch vorerst den kulturgeschichtlichen und gesellschaftlichen Aspekten. In zwei weiteren Bänden will er den Themen Wirkung, Gesundheit und Sucht sowie den unterschiedlichen Getränkearten auf den Grund gehen. Das vorliegende Werk ist übersichtlich gestaltet und, obwohl Sachbuch, leicht lesbar. In teilweise etwas salopp ammutender Sprache gibt der Autor einen interessanten Überblick über die uralte Droge, die Menschen miteinander in Kontakt bringt und das Leben etwas erträglicher macht. (asö)

Alkohol – Die mächtigste Droge der Welt
Wolfgang P. Schwelle
Nachtschatten-Verlag, 2013
422 Seiten, Fr. 45.90

