

Deutlich mehr alkoholsüchtige Rentner – eine Betroffene erzählt

Mehr Eintritte in die Klinik in Ellikon Nach der Pensionierung nimmt der Alkoholkonsum sprunghaft zu. Laut der Forel-Klinik in Ellikon an der Thur hat Corona die Situation weiter verschlimmert. Oft sind Betroffene lange uneinsichtig.

Tanja Hudec
Es ist ein Tabuthema: Altersalkoholismus. Auch heute noch. Übermässiger Alkoholkonsum wird mit jugendlichem Leichtsin und Kommissan in Verbindung gebracht. Tatsächlich aber nimmt der tägliche Alkoholkonsum mit steigendem Alter stetig zu. Beim Übergang ins Rentenalter verzerkt er einen sprunghaften Anstieg. Dies zeigen die im Fünfjahressturnus durchgeführten Gesundheitsbefragungen des Bundesamts für Statistik deutlich.

Sowohl 2012 als auch 2017 wiesen rund sechs Prozent der Bevölkerung im Alter zwischen 65 und 74 Jahren einen chronisch-problematischen Alkoholkonsum auf. Davon strichelt man, wenn Männer im Durchschnitt mehr als vier Gläser Wein und Frauen mehr als zwei pro Tag konsumieren. Bei den Männern ab 65 Jahren trinkt mehr als ein Drittel täglich. Bei den Frauen der gleichen Altersklasse sind die Anteile halb so hoch.

Wie die Situation heute aussieht, lässt sich mit Zahlen nicht belegen. Die Resultate der neuesten Gesundheitsbefragung liegen erst im Herbst vor. Dass das Problem noch immer besteht, bekräftigt aber Nadica Sedlarevic, Oberärztin an der auf Alkoholsucht spezialisierten Forel-Klinik in Ellikon an der Thur. Sie sagt sogar, es habe sich verschärft: «Jede/r dritte Rentner trinkt täglich Alkohol – wir beobachten eine steigende Tendenz.»

Was treibt immer mehr ältere Menschen in die Alkoholsucht, und ist unser Gesundheitssystem auf diese Entwicklung vorbereitet?

Junge stehlen den Alten die Show
Das Tabu und die fehlende Brisanz stellen ein erstes Problem bei der Bekämpfung der Abhängigkeitserkrankung dar: Thomas Meyer, ehemaliger Leiter der Forel-Klinik, brachte dies bereits vor zwölf Jahren in der NZZ auf den Punkt: «Jugendliche Trinker sind nicht das grösste Problem.» Von einer ganz anderen, viel grösseren Dimension als diese Gruppe sei jene der älteren Alkoholiker. «Sowohl zahlenmässig als auch unter dem gesundheitsökonomischen Standpunkt sind diese Trinker für mich mehr Sorgen. Die Zahl der älteren Alkoholabhängigen steigt.»

Sedlarevic sagt, das Thema werde auch heute in der Öffent-

lichkeit gerne zur Seite geschoben. Nicht zuletzt der jugendlichen Trinker wegen, die mit ihrem Verhalten mehr Aufmerksamkeit erregen. Das Vorgehen der älteren Alkoholiker sei subtiler, bleibt sie anonym. Wenn gefragt, wie sie nach dem Spitalaufenthalt meist heimlich... Bis Angehörige die Alkoholsucht bemerken, dauere es oft Jahre.

So war es auch bei Lea Guggisheim (Name geändert). Sie ist vor zwei Wochen in die Forel-Klinik eingetreten. Weil sie ihre Sucht nicht öffentlich machen will, bleibt sie anonym. Es ist ihr zweiter Aufenthalt im Spital... «x-T-Versuch, mit dem Zeug aufzuhören. Die 64-Jährige nestelt mit ihren Fingern am Pulloverkonsum, während sie ihre Suchtgeschichte erzählt.»

Senioren verweigern den Entzug
Aber gewünscht wird dies nicht immer – eine weitere Herausforderung, um Betroffenen aus der Sucht zu helfen. Dies bestätigt Robert Koch, stellvertretender Chefarzt der Psychiatrie für ältere Menschen an der Integrierten Psychiatrie Winterthur – Zürcher Unterland (IPW). Auch dort nehmen die Eintritte von alkoholabhängigen Senioren zu. Oft erfolgen sie unfreiwillig, sagt Koch. «Der Alkoholmissbrauch ist für viele Senioren schambegräbender. Wer sein Leben gemeistert hat, will sich im Alter nicht noch eine Schwäche eingestehen müssen.»

Oft brauche es ein einschneidendes Erlebnis wie einen Beziehungsabbruch, damit die Betroffenen sich zu einer Behandlung bereit erklären. «Ein Grossteil unserer Klienten wird von ihren Partnern unter Druck gesetzt, ihr Verhalten zu ändern.»

Müssen Angehörige denn in jedem Fall intervenieren? Hat sich ein Senior ab einem gewissen Alter nicht das Recht verdient, ein bisschen mehr zu trinken? «Nein», sagt Markus Meury, Sprecher der Stiftung Sucht Schweiz. «Die Folgen sind in jedem Alter zerstörerisch für die Lebensqualität.»

Der Druck von den anderen
Für ältere Menschen ist Alkoholmissbrauch besonders schädlich. Ihr Körper enthält weniger Wasser und baut den Alkohol sonst schlechter ab. «Im Alter kommen zudem oft noch Medikamente hinzu, was das Gesundheitsrisiko erhöht», so Meury.

Auch Vorerkrankungen wie Diabetes verschlechtern sich rasant, sagt Meury. Und indem sie den Betroffenen erklären, wie der Alkoholkonsum sie konkret verändert habe.

Sie habe von ihrem Partner und einer Freundin ein bisschen Druck gespürt, sagt Lea Guggisheim. «Ich glaube, da wo wieder diese Leere. Keine Tagesstruktur. Ich



Sitzen schon morgens beim Bier: Immer mehr Menschen trinken nach der Pensionierung täglich Alkohol. Symbolfoto: Stefan Schaufelberger

«Er ist so enttäuscht von mir, dass ich die Sucht vor ihm verheimlicht habe.»

Betroffene in der Forel-Klinik

Nadica Sedlarevic, Oberärztin in der Forel-Klinik in Ellikon, sagt, die Pandemie habe Rentner in die Alkoholsucht getrieben, die vorher kaum einen Tropfen getrunken hätten. Foto: Alberto Curtes

habe geübelt und war unruhig. Relativ schnell nach dem Entzug habe ich mich wieder mit Alkohol beität.»

Die Männer in Pension
Dass der tägliche Konsum von Alkohol zum Alltag vieler älterer Menschen gehört, erklärt Meury von Sucht Schweiz auch damit, dass er bei der älteren Generation die Tradition des Glases Wein oder Bier zum Essen noch starker vorhanden ist als bei den jüngeren. Auch er beschreibt die Leere als Grund für den ungesunden Konsum. «Wenn die Kinder aus dem Haus ziehen oder bei der Pensionierung...»

Ganz lange habe sie sich die Sucht nicht eingestanden und sich auch keine Hilfe gesucht. «Obwohl ich tief in mir drin wusste, dass ich da allein nicht behelfen. Nicht mit Vorwürfen, sondern indem sie zeigen, dass sie sich Sorgen machen», sagt Meury. Und indem sie den Betroffenen erklären, wie der Alkoholkonsum sie konkret verändert habe.

Sie habe von ihrem Partner und einer Freundin ein bisschen Druck gespürt, sagt Lea Guggisheim. «Ich glaube, da wo wieder diese Leere. Keine Tagesstruktur. Ich



Sagt, vor allem Männer hätten Mühe mit der Strukturveränderung nach der Pensionierung. Robert Koch, stellvertretender Chefarzt an der Integrierten Psychiatrie Winterthur – Zürcher Unterland. Foto: FO

die Corona-Massnahmen, und es ging bergab mit mir.» Da die freiwilligen Helfer in den Altersheimen nicht mehr zugelassen waren, fehlte ihr eine Aufgabe. Kinder hat sie keine. Freunde weniger.

«Ich zog mich zurück in mein Kämmerchen und trank wieder täglich meine zwei Flaschen Rotwein und mein Fläschchen Baldriantröpfchen. Das Beruhigungsmittel enthält 66 Prozent Alkohol.»

Die Pandemie hat den Alkoholkonsum bei älteren Menschen aber auch auf andere Weise gefördert. Das bestätigt Sedlarevic: «Zahlreiche Rentner, die zuvor kaum tranken, sind während Corona in eine Sucht abgerutscht.» Die Gründe, aus denen Senioren überhaupt mit dem Alkoholmissbrauch begannen, hängen sich in dieser Zeit besonders verstärk.

Einsamkeit und Langeweile nahmen aufgrund der Massnahmen zu, die vor allem auf die Isolation der älteren Menschen zielten. Weil besonders viele Senioren am Virus starben, blieben auch mehr Witwen und Witwer mit ihrer Trauer zurück. «In dieser Abschiedenheit wurde der Alkohol für viele die einzige Lichtblick am Tag», Sedlarevic sagt, sie gehe davon aus, dass sich diese Entwicklung in den kommenden Monaten und Jahren noch deutlicher zeigen werde.

Dabei gingen Hochrechnungen bereits vor Corona davon aus, dass sich die Zahl der älteren Menschen mit einer Abhängigkeitsproblematik vervielfachen wird, auch angesichts des demografischen Wandels. Die Weltgesundheitsorganisation prognostizierte 2014, dass sich der problematische Konsum im Alter zu einem grossen Gesundheitsproblem entwickeln könnte.

Psychiater Koch blickt dem Phänomen ebenfalls besorgt entgegen. «Der Personalmangel in den Institutionen kann die Versorgungssicherheit gefährden.» Denn auch in der Psychiatrie kämpfe man mit fehlenden Fachkräften. «Sollte sich der Altersalkoholismus tatsächlich noch steigern, könnten wir an den Anschlag geraten.»

Lea Guggisheim hat nach zwei Wochen vom Entzug in die Entwöhnung gewechselt. Sie nimmt täglich an Gruppen- und Einzelsitzungen teil, macht Ergothera-

Hittnauer Gemeinderat äussert sich nochmals zum Luppinnenpark

Hittnau Der Gemeinderat sieht sich zu einer Richtigstellung gedrängt. Dies, nachdem vier Ortsparteien die Vorlage zur Ablehnung empfohlen haben.

Vier Hittnauer Ortsparteien lehnen die Vorlage «Alterswohnen Luppinnenpark», über die am 12. März abgestimmt wird, ab. Die Argumente, welche die Parteien vorbringen, können gemäss Gemeinderat nicht unwidersprochen im Raum stehen bleiben. In einer Mitteilung veröffentlicht er deshalb eine Richtigstellung.

Es gehöre zu den Aufgaben einer Ortspartei, Abstimmungsvorlagen kritisch zu hinterfragen. Der Hittnauer Gemeinderat würde aber feststellen, dass das Projekt in einem Spannungsfeld unterschiedlicher Erwartungen stehe, die teilweise in völlig verschiedene Richtungen zielen. Die Ablehnungsgründe beziehungsweise Zusatzwünsche könnten am liebsten alle unter einen Hut gebracht werden.

Der Gemeinderat von Hittnau äussert sich zu den Argumenten der Ortsparteien wie folgt:

«Der Gemeinderat hat sämtliche Inputs der Ortsparteien ignoriert.»
«Im Verlauf des letzten Jahres wurden zwei öffentliche Mitwohnungsveranstaltungen durchgeführt, die sämtlichen Hittnauerinnen und Hittnauern – nicht nur den Ortsparteien – offenstanden», argumentiert der Gemeinderat. Deren Resultate bildeten jeweils die Grundlage für die Weiterentwicklung des Projekts. Unter anderem sei dabei zum Ausdruck gekommen, dass sich die Gemeinde verstärkt finanziell beteiligen solle – und nicht weniger, was die zumindest ein Teil der Ortsparteien fordere.

«38 Partien werden in modernen Wohnungen praktisch zum Nulltarif wohnen können.»
«Gemäss Berechnungen, basierend auf dem aktuellen Projekt und Kostenstand, werden die Mieten je nach Wohnungsgrösse zwischen rund 1000 und 1700 Franken liegen, zuzüglich der Nebenkosten, schreibt der Gemeinderat. Zudem hätten die Mieterinnen und Mieter Genossenschaftskapital in Höhe von durchschnittlich 45000 Franken einzubringen.»

«Der Baurechtszins für den Luppinnenpark (GAL) ist zu tief – er ist ein grosszügiges Geschenk an wenige, die von profitieren.»
«Für den Baurechtszins gelten folgende Grundregeln:
■ Der Landpreis ist mit 1000 Franken pro Quadratmeter festgesetzt. Das entspricht exakt dem Wert, der auch für Hittnau Care gilt, und ist für Hittnau marktüblich. Der Landwert wird alle fünf Jahre der Teuerung angepasst.
■ Für die Verzinsung gilt der jeweilige hypothekarische Referenzzinssatz. Dieser beträgt derzeit 1,25 Prozent.»

«Die Gemeinde hätte nahezu vergebens einen Gestaltungsplan erarbeitet.»

Gemeinderat von Hittnau
«Der soziale und gemeinwärtige Aspekt ist nicht mitberücksichtigt.»
«Baurechtsnehmerin ist eine Genossenschaft (GAL), die Mietpreise der Wohnungen werden gemäss dem Kostennormen-Prinzip (und nicht nach Marktmietennormen) ermittelt.»

Die Gemeinde hält zudem fest, was eine Ablehnung der Vorlage am 12. März an der Urne in der Folge bewirken würde:
■ «Eine sehr langjährige Entwicklungsgeschichte würde unterbrochen.»
■ Die Gemeinde hätte nahezu vergebens einen Gestaltungsplan erarbeitet.
■ In der Durchführung eines Architekturwettbewerbs mit eingesetzten Mitteln des Emile-Spörli-Fonds wäre ebenfalls vergeblich gewesen.»

«Angesichts der teilweise diametral entgegengesetzten Erwartungen an das Projekt würde es sich Sicherheit sehr lange dauern, bis eine kluge und alleitschaffende Alternativlösung erarbeitet werden könnte», schreibt der Gemeinderat. «Leider fallen für die Gemeinde aber, unabhängig vom Ausgang der Abstimmung, Kosten für Sicherungsmassnahmen an den Gebäuden an – nur müssten diese ohne strategischen Plan getätigt werden.»

«Sie profitieren nur wenige GAL-Mitglieder Erik Hasselberg



Nadica Sedlarevic, Oberärztin in der Forel-Klinik in Ellikon, sagt, die Pandemie habe Rentner in die Alkoholsucht getrieben, die vorher kaum einen Tropfen getrunken hätten. Foto: Alberto Curtes