

Lebensweisheit...

...auf die Frage, wie so er noch so fit sei, antwortete der bekannte Kabarettist Dieter Hildebrand (85):“ **... vor vielen Jahre habe ich zwei gute Freunde verloren – den Alkohol und die Zigaretten; und seit dieser Zeit geht es mir besser...**“ (Zitat: O-Ton in „eins zu eins – der Talk“, Bayern 2 Radio, 2013)

In Memoriam: Dieter Hildebrand 1927 - 2013

Diakonie 

in Hessen
und Nassau

Alt ?

...sind nur die ...**Andern**

– ich nicht !

SUCHT im ALTER

5. November 2014 in Wetzlar

Detlef Betz
Referat für Suchtfragen



ELAS

Evangelische
Landesarbeitsgemeinschaft
für Suchtkrankenhilfe

Prolog

- die ältestes „early onset“ Rockband der Welt...
- ...und die Antwort aus Hessen darauf heißt: ***The ROLLATORS***
„***Wie ein brennender Vulkan...***“

Für immer jung ⁽¹⁾ ...denn Statistiken lügen nicht, lassen sich aber unterschiedlich interpretieren...

❖ Sterbetafel (Bund) 2008/2010 ⁽²⁾

Lebenserwartung: Frauen = 82,7 Jahre +++ Männer = 77,6 Jahre

❖ PKV – Sterbetafel 2011 ⁽³⁾

Lebenswartung einer/eines 65-jähriger/n :

Frau = + 24,07 Jahre = 89,07 Jahre

Mann = + 21,45 Jahre = 86,45 Jahre



www.programm-alterbilder.de

1 Karel Gott& Bushido, 2007)- www.youtube.com

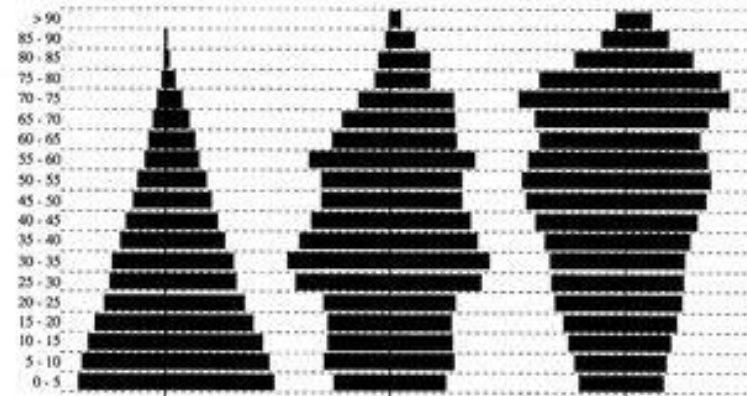
2 veröffentlicht: 2011 - <https://www.destatis.de/>

3 veröffentlicht 2012 - <http://www.pkv.de/statistiken>

Sucht im Alter

Demografischer Wandel – Realität(en)?

- Demografischer Wandel heißt auch: Unterjüngung + Überalterung (Gesell. d. langen Leben)
- Menschen wollen alt werden, aber nicht alt sein (Grimm, 19. Jh.) - versus - Altern heißt: Verlust an körperlichen Vorzügen, aber Zugewinn an geistigen
- ab 80 Jahre Beginn des 4. Lebensalter = 50/50% Realität (Martin & Klingel 2005)
- die 60 minus 5 Realität – bio-dynamisch jünger (Staudinger&Baumert 2007)
- es (noch) keine Antworten d. Suchthilfe / Selbsthilfe auf eine adäquate, demografie-sensible Beratung gibt (Betz 2012)



**...mit 66 Jahren dann fängt das
Leben an...** (U. Jürgens 1987)

■ ALTER & SELBSTHILFE

Statistik 2012 (R. Stadler 2013)

50-60 Jahre = 30,7 %

Über 60 Jahre = 29,6 %

In der Summe = 60,5 %

...und danach: 70, 80, 90 Jahre!!!

Ganz grundsätzlich: **Was ist Altern?**

- Wir definieren Altern als einen kontinuierlichen und irreversiblen Prozess, der mit dem Nachlassen von Organfunktionen zu tun hat. Viel konkreter kann man nicht werden.

(Englert 2013)

- ***Kann dieser Prozess gestoppt werden, z. B. mit Anti-Aging Produkten und was ist dran an den Versprechen?***

Nichts. Alles Quatsch. Aber hundertprozentig! Es gibt Produkte, die vorübergehend kosmetische Effekte erzielen, ja, aber darüber hinaus... ...als Wissenschaftler sträuben sich einem da alle Haare.

(ebd.)

Sucht im Alter

Warum ist das Thema wichtig?

- **„Die Suchthilfe ist in ihrem eigenen Bereich tätig und hat die ältere Bevölkerungsgruppe noch nicht in den Blick genommen“.**

(B. Dyckmanns, 14.8.2012, „O-Ton“, bei LibSen /Liberale Senioren, Tagung i. Frankfurt)

- **32% der Männer und 25 % der Frauen über 65 Jahre haben einen riskanten Alkoholkonsum**

(„Gesundheit i. Deutschland 2010“ in RKI - Robert Koch Institut 2012)

- **Auf Grund der gestiegenen Lebenserwartung umfasst der Lebensabschnitt „Alter“ mittlerweile einen Zeitraum von 20 bis 30 Jahren.**

(DHS 2011. Substanzbezogene Störungen im Alter)

- **Alte Patienten, insbesondere psychisch Kranke sowie Suchtkranke – Opfer der Rationierung von Gesundheitsleistungen.** (Wolter 2011)



Sucht ist im Alter ein weithin unterschätztes Problem

- **5-10% d. Frauen und 10-20% d. Männern, in der Altersgruppe über 60 Jahre betreiben regelmäßig Alkoholmissbrauch („riskanter Konsum“), das heißt es wird mehr als 10 g (Frauen) bzw. 20g (Männer) reiner Alkohol pro Tag konsumiert.**
- **Eine Abhängigkeitserkrankung besteht bei 2-3% der über 60jährigen Männer und bei mehr als 1 % der Frauen.**
- **Laut Bundesgesundheitsministerium wird geschätzt, dass über 400 000 ältere Menschen ein ernsthaftes Alkoholproblem haben.**



(Quelle: Bundesgesundheitsministerium 2012)

Statistik auf Bundesebene und für die Stadt Frankfurt

➔ ...und für die Suchthilfe

- • Frankfurt (31.12.2011) 667.075 Einwohner

> 60 J = 144.899 (21,7%)

- Frauen > 60 J: 81.236 Männer > 60: 63.663

- Alkoholabhängige Senioren:

Frauen: 812 (1%)

Männer: 1.272 – 1.908 (2-3 %)

Riskanter Konsum: Frauen: 4061 – 8123 (5-10%) Männer: 6.366 – 12.732 (10-20%)

- Problematischer Medikamentengebrauch:

- Bundesrepublik (2013) 80,5 Mio

❖ 1,5 Mio Betroffene (Bund:1,86%), entspricht f. Frankfurt: 12.400 Betroffene

■ (Quelle: 1. <https://www.frankfurt.de/sixcms/media.php/678/J2012K02x.pdf>, Zugriff: 15.11. 2013)
2. <https://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Bevoelkerung/Bevoelkerung.html> Zugriff: 15.11. 2013)

Oma´s & Opa´s kleine Helfer + Ein Prosit auf die Gesundheit! – ganz schön viel %!!!

- **(Klosterfrau) Melisengeist (80 Vol%)**
- **Venostasin (20 Vol.%)**
- **Biovital (16Vol.%)**
- **Doppelherz (15 Vol.%)**
- **Galama (15 Vol.%)**
- **Buerlecithin flüssig (13,7 Vol.%)**
- **verschiedene Hustensäfte und Hustentropfen
(z.B. Brochicum, Ipalat, Makatussin, 2 – 41Vol.%)**

Sucht im Alter - Flucht nach Nirgendwo?

- Der Hang zum Rauscherleben ist eine menschliche Eigenschaft.
- Die Gründe für den Konsum im Alter unterscheiden sich mitunter: Alkohol, Medikamente und Drogen helfen unangenehme Gefühle zu manipulieren, haben Einfluss auf das Schlafverhalten und Schmerzempfinden.
- Aus den mystischen Traumwelten von einst, werden banale Helfer der Verdrängung (man „manipuliert/trinkt“ sich die Realität schön...).

Ursachen von Sucht im Alter

- soziale Kontakte sinken und familiäre Beziehungen nehmen ab (z.B. „Single Haushalte“ = > 28% i. Ffm.)
- finanzielle Einschränkung (Altersarmut)
- psychische Erkrankungen (Depression)
- Mehrfachabhängigkeit (Alkohol u. Medikamente)



Quelle: general-anzeiger-bonn.de

Alkoholiker im Alter

■ Bei alten Menschen mit Alkoholproblemen wird zwischen zwei „Prototypen“ unterschieden (Wolter. 2011)

1. Menschen, die schon in jungen Jahren als Alkoholiker auffielen („early onset“ <früher Aufbruch>) ...und die mehr oder weniger Alkoholmissbrauch betrieben haben (ebd.)

2. Menschen, die erst im Alter ein Alkoholproblem entwickeln („late onset“ <später Aufbruch>) (ebd.)

Quelle: planet-wissen.de

...und: Rezidiv-Alkoholiker

Medikamentenabhängigkeit im Alter

- zwischen 1,5 – 1,9 Mio. Menschen
Medikamentenabhängig (Holzbach. 2012)
- > 30 % der Benzodiazepine werden an
über 70jährige verschrieben (ebd.)
- mehr Frauen als Männer davon
betroffen; Medikament als „*passives
Lösungsmodell*“ – erwartet wird: Hilfe von
den Medikamenten, statt selbst aktiv an
die Problemlösung zu gehen. (ebd.)
- und: während Alkohol- und
Nikotinkonsum mit zunehmenden Alter
abnehmen, nimmt der Medikamentenge-
brauch mit steigenden Lebensalter zu!

(Wolter.2011)

Quelle: planet-wissen.de

Behandlungsziele altersabhängig gestalten

- Lebensbewältigung und Zufriedenheit stehen im Vordergrund
- Altersgemäße neue Lebensinhalte suchen
- Ursachen der Sucht klären
- Entgiftung und Therapie (auch im Alter!)
- **ALTERN SOLLTE**

AKTIV GESTALTET WERDEN

WEIL:

ALTERN IST NICHTS FÜR FEIGLINGE



Sucht im Alter ...und was kann dagegen getan werden

- Informationen weitergeben
- Wertschätzung der Älteren in der Gesellschaft
- Motivation zur aktiven Lebensgestaltung
- Angebote für ältere Menschen entwickeln
- Generationendialog fördern
- Kontakte herstellen, Beziehungen aufnehmen und neue Lebensfreude gewinnen



Quelle:cv-augsburg.de

**Fazit + Ende: Cool sein und bleiben...
und trotzdem: Wie ein brennender Vulkan...!**

DANKE für´s

(geduldige)

zuhören und

gehen wir´s an !



Bild: [www. Programm-Altersbilder.de](http://www.Programm-Altersbilder.de)

Weitere Info beim: Referat f. Suchtfragen / ELAS
DIAKONIE HESSEN, Kontakt:

Detlef.Betz@diakonie-hessen.de

Tel.: 069 79 47 63 07 www.elas-dwhn.de

Mit Humor geht´s besser...

Oder:... Einer geht noch...

Schwester Clarissa kommt zu Opa Schorsch und bringt ihm seine Schlaftabletten. „Was kost´n die“, fragt er? „Ei, 32,95 Euro“, antwortet Schwester Clarissa. „Des is aber ganz schö teuer“, sagt Opa Schorsch. „Ei ja, des is ne Großpackung, die reicht den ganze Monat“, antwortet Schwester Clarissa. „En ganze Monat? So lang` wollt ich eigentlich net schlafe...“, meint de Opa dazu.

(O-Ton – Radio RPR, 11.9. 2012)

Seniorenfrühstück...