

Gesundheit & Service «Sonst kommst du fort»

Freitag 2. Juni 2006, 02:01 Uhr

Stuttgart (AP) Medikamenten-, Alkohol- und Zigaretten sucht - was bei jugendlichen Betroffenen regelmäßig Politiker, Polizei und Suchthilfestellen auf den Plan ruft, bleibt im Alter tabu. Rund 400.000 Menschen über 60 sind alkoholabhängig, mehr als zwei Millionen rauchen und etwa zwei Millionen nehmen dauerhaft Medikamente ein, die abhängig machen. Wegen dieser Zahlen hat die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) das Jahr 2006 dem Thema «Unabhängig im Alter Suchtprobleme sind lösbar» gewidmet.

«Manchmal habe ich zwei Flaschen am Tag getrunken. Sherry, Schnaps, meist Rotwein», gibt eine 82 Jahre alte, trockene Alkoholikerin bei der DHS zu Protokoll. Erst nach dem Tod ihres Mannes, als sie 64 Jahre alt war, hatte sie zu trinken begonnen. Die Enkel baten sie, aufzuhören. Ihre Kinder, mit denen sie unter einem Dach wohnte, litten Tag für Tag unter der Situation. «Wenn ich gefallen bin, das tat einen Schlag, den hörte man im ganzen Haus.» Irgendwann sagte der Sohn: «Wenn du nichts unternimmst, kommst du fort.» Vier Monate verbrachte die alkoholabhängige alte Dame schließlich in einer Fachklinik, heute ist sie abstinent.

Dieser Fall hat Seltenheitswert. Trotz der alarmierenden Zahlen sind in den entsprechenden Einrichtungen der Suchthilfe kaum alte Frauen und Männer anzutreffen: Im Jahr 2004 waren von rund 250.000 betreuten Abhängigen 12.400 im Seniorenalter. Die Gründe dafür sind vielfältig - angefangen mit der bisweilen störrischen Einstellung der Betroffenen. «Ältere Menschen sind häufig uneinsichtig. Sie sagen: Jetzt bin ich so alt, was will mir so ein junger Spund sagen. Ich lebe doch sowieso nicht mehr lang», erklärt Christa Merfert-Diete von der DHS. Hinzu kommt, dass viele Ältere alleine leben, dass die Probleme also nicht unbedingt auffallen und es gleichzeitig keine regulierenden Tagesabläufe wie etwa den Arbeitsalltag gibt.

«Als ich in den Vorruhestand ging, da ging das so richtig los bei mir mit dem Trinken. Ich habe schon früher nicht gerade wenig getrunken. Aber da war ich bei der Bank. Da musste ich morgens pünktlich sein und richtig angezogen», entsinnt sich ein 70-jähriger Betroffener. Er schildert damit einen klassischen Fall: Unausgefüllte Tage und Einsamkeit, aber auch Krankheiten sind ein häufiger Grund für ältere Menschen, in die Abhängigkeit zu geraten. «Ein weiteres Problem ist der fließende Übergang vom Berufsleben in den Ruhestand», sagt Christa Merfert-Diete.

«Die Menschen führen jene Freizeitbeschäftigungen weiter, die sie früher hatten und dazu gehört es oft auch, Alkohol zu trinken.» Mit dem Unterschied, dass ein älterer Körper Alkohol, Nikotin und Medikamente längst nicht mehr so gut verträgt und nicht mehr so schnell abbauen kann wie in jungen Jahren.

«Es herrscht in der betroffenen Altersgruppe große Unkenntnis darüber, wann man abhängig wird und wie hoch das Risiko ist», sagt Merfert-Diete. Schätzungen zufolge gelangt etwa die Hälfte der Senioren im Rentenalter zu der Einsicht, dass es klüger wäre, gesund zu leben. Die andere Hälfte verstärkt den Konsum von Alkohol, Zigaretten und auch Medikamenten. Nicht selten geht damit die Einstellung einher: «Ich werde doch sowieso nicht mehr abhängig, mir kann es sowieso nicht mehr schaden.» Das Gegenteil ist der Fall: Alte Menschen ziehen sich bei Stürzen unter Alkoholeinfluss schlimme Verletzungen zu, sie überwinden Krankheiten schlechter, die Lebensfreude und auch die Gedächtnisleistung lassen nach.

«Trotzdem glauben viele, Therapie sei nicht mehr nötig», sagt Merfert-Diete. «Dabei haben gerade ältere Betroffene eine sehr gute Prognose, es schaffen zu können.» Berater und behandelnde Ärzte berichten, dass jene Senioren, die sich zur Therapie entschließen, auf Grund ihrer Lebenserfahrung häufig mit Therapie und Abstinenz sehr viel besser klarkommen als junge Menschen. Allerdings müssen sie sich, ebenso wie junge Betroffene, selbst dazu entschließen. «Raten Sie jedem, eine Therapie zu machen», sagt die 82-Jährige, die nun seit einem Jahr abstinent ist. «Ich habe mir selten die Zeit genommen, so über mein Leben nachzudenken wie in der Therapie. Das war wie ein Geschenk.»